ЛАКОМКА

Домашние технологии

Точные пропорции

Секреты приготовления

Лучшие рецепты, проверенные временем

Пловы и другие блюда узбекской кухни




SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Говоря об узбекской кухне, не всякий припомнит хотя бы 4–5 блюд. Чаще всего называют гордостью узбекской кухни плов, а еще лагман, кабоб, маставу, самсу… Вот, пожалуй, и все. Те, кто хоть раз испытал на себе обычное гостеприимство по-узбекски, помнят о нем всегда. В полной мере насладиться узбекским застольем для россиянина – трудновыполнимая задача. Длинная череда блюд (до 10 за трапезу!) поражает неподготовленное воображение тех, кто привык к диетам. Большинство блюд изобилуют пряностями, но не являются особо острыми на вкус, хотя, конечно, пикантны. Наше издание призвано представить многообразие национальных блюд современного Узбекистана. Это практическое пособие по узбекской кухне – не только коллекция традиционных рецептов, но и рассказ о кулинарных обычаях и пристрастиях узбеков.

- Пловы и другие блюда узбекской кухни
  - Несколько слов об узбекской кухне
    -
    - История узбекской кухни
    - Особенности узбекской кухни
    - Немного о приправах и специях
  - Пловы с мясом и без
    -
    - Плов по-узбекски
    - «Вир гуруч – вир гушт» палов (плов с мелко накрошенным пережаренным мясом)
    - Плов тушеный (димлама палов)
    - Плов с отварными продуктами (кайнатма палов)
    - Плов с зарчавой (зарчава палов)
    - * * *
    - Плов «Изобилие»
    - Плов с картофелем
    - Шалгамли палов (плов с репой)
    - Плов по-хорезмски
    - * * *
    - Корма палов
    - Той палови (свадебный плов)
    - Плов свадебный по-кашкадарьински
    - Свадебный плов по-ташкентски (тошкент туй палови)
    - Плов холодный

- Плов с зарчавой
- Плов с урюком
- Кийма палов (плов с мясными фрикадельками)
- Тас-кебаб палов
- * * *
- Плов по-шымкентски
- Плов с сушеным урюком
- Плов с айвой
- Плов бухарский с виноградом
- Плов праздничный «Изобилие»
- Ошковок палов (плов с тыквой)
- Плов с чесноком
- Плов по-хорезмски
- * * *
- Сафаки палов (раздельный по-самаркандски)
- Ивитма палов (плов из риса и гороха)
- Палов тонтарма (из прожаренного риса)
- Плов по-самаркандски
- Плов из замоченного риса
- * * *
- Каватор палов (плов с голубцами из виноградных листьев)
- Дулмали палов (плов с фаршированным сладким перцем)
- Киймали палов
- Плов любительский
- Плов по-бухарски
- Плов на морковном соке
- * * *
- Сафаки палов по-самаркандски
- Плов по-ходжентски
- Коскон палов (плов на пару)
- Шам-кебаб палов
- Аришта палов
- Кавурма палов
- Кузикоринли палов (плов со сморчками)
- Сабза-кавурма палов
- * * *
- Плов по-бухарски
- Ивиртма палов (плов с горохом)
- Мошли палов (плов с машем)
- Лоби-чилов палов
- * * *
- Плов с казы

- Хасипли палов (плов с домашней колбасой из сбоя)
- Постдумба палов (плов с курдючной оболочкой)
- Товук палов (плов с курицей)
- Товук гуштли чалов (чалов с курятиной)
- Джужда палов
- Картдумба палов (плов с курдючным салом)
- Лакка баликли палов (плов с сомом)
- * * *
- Кук гуруч палов (плов с фазаньей грудкой из зеленого риса)
- * * *
- Плов на льняном масле с яйцами
- Плов по-бухарски без мяса
- Плов с фаршированными перепелками
- Помидор палов (плов с яичницей в помидорах)
- Плов с цыпленком
- * * *

○ Салаты к плову

-
- Салат из помидоров с редиской
- Салат из помидоров с огурцами «Шакароб»
- Салат из помидоров со сладким перцем
- Салат «Ташкент»
- Салат из редьки с гранатовыми зернами
- * * *
- Салат из редьки с сыром
- Салат из редьки с миндалем
- Салат из маргиланской редьки
- Салат из редьки
- Салат из редиса
- Салат из редьки «Сай»
- Салат из редиски с зеленью
- Салат из редиса со сметаной
- Салат «Гулистон»
- Чалоп
- Салат из лука с гранатом
- Салат «Бахор»
- Салат «Фантазия»
- Салат «Зарафшан»
- Салат «Навруз»
- Салат «Чимчик тили»
- * * *
- Салат из зелени с сузьмой

- Салат «Чакка»
- Салат из ревеня
- Помидоры быстросоленые
- Салат «Утка»
- Салат из репы и сморчков
- Салат «Нарын»
- Салат «Лаззат»
- Салат из овощей и гороха

○ Чай после плова

-
- Кора чой (черный чай)
- Чай с вербеной и мятой
- Седонали чой (чай с семенами чернушки посевной)
- Канд чой (сладкий чай)
- Чай с шафраном
- Мурч чой (чай с черным перцем)
- Ок чой (молочный чай)
- * * *
- Асалли мурч чой (чай с черным перцем и медом)
- Шир чой (чай со сметаной)
- Яхна чой (охлажденный чай)
- Холодный чай с апельсином по-узбекски
- Райхонли чой (чай с базиликом)
- Черный чай с молоком и грецкими орехами
- Черный чай с эстрагоном и гранатом
- Черный чай с молоком и пряностями
- * * *
- Мижоз чой (смесь черного и зеленого чая)
- Раис чой (чай особый)
- Олма чой
- Зеленый чай по-бухарски
- Зеленый чай с листьями земляники и облепихи
- Зеленый чай с молоком
- Зеленый чай

○ Шурпа и другие супы

-
- Кайнатма шурпа (суп из баранины с овощами)
- Шолгом шурпа (мясной суп с репой)
- Нухат шурпа
- Кифта шурпа
- Бедана шурпа (бульон с перепелками)
- Товук шурпа (куриный бульон)
- * * *

- Кийма шурпа (суп с фрикадельками)
- Дармон шурпа (куриный бульон с зеленью)
- Лапша с курицей
- Долма шурпа (суп с фаршированным сладким перцем)
- Нарын
- Каурма шурпа
- * * *
- Угра-чучвара (суп-лапша с пельменями и фрикадельками)
- Чучвара шурпа (бульон с пельменями)
- Угра оши (мясной суп с лапшой)
- Шурпа-чабан
- Шовул шурпа (щавелевый суп)
- Пиева (луковый суп)
- Карам шурпа (суп с капустой)
- Валик шурпа (суп с рыбой)
- Хуплама (зимний суп на томатном соке)
- * * *
- Кукурузная шурпа
- Суп вермишелевый
- Кайла мастава (суп рисовый с зеленой заправкой)
- Бульон с просом
- Бульон с куртом
- Мошова
- * * *
- Манчиза (суп с клецками)
- Машхурда
- Умач оши (суп из затертой муки)
- Куртова (суп из курта с топленым маслом)
- Маш ковак (суп с машем и тыквой)
- Маш атала (суп с машем и мукой)
- Маш угра (суп с машем и лапшой)
- Суп с пшеном
- Ерма (мясной суп с дробленой пшеницей)
- Ловия оши (мясной суп с фасолью)
- Сихмон (суп с машем и умачом)
- * * *
- Каймок шурпа (суп из сметаны)
- Катыкли хурда (рисовый суп с кислым молоком)
- Катыкли шолгом курда (суп с репой и кислым молоком)
- Катыкли машхурда (суп с машем, рисом и

кислым молоком)
- Суюк-ош
- Ширхурда (молочный рисовый суп)
- Чалоп (холодный суп из кислого молока с зеленью)
- Какарум
- Ширковак (молочный суп с тыквой)
- Суп из баранины с рисом
- Сутли атала (мучной суп на молоке)
- Суп с машем
- Рассольник с сазаном
- Рассольник с судаком
- Солянка с конскими копченостями
- Солянка по-узбекски

○ Мясные блюда
-
- Баранина, тушенная с луком-пореем
- Яхна барра (отварной ягненок по-узбекски)
- Бостурма (мясо по-любительски)
- Баранина на пару с картофелем
- Азу по-узбекски
- Барра гушт (отварная баранина по-узбекски)
- Таджин с помидорами
- * * *
- Таджин с яблоками
- Таджин с айвой
- Ажабсанда
- Баранина, тушенная с курагой и изюмом
- Жаркое по-восточному
- * * *
- Жаркое с макаронами
- Каурма (жареная баранина)
- Нарханги
- Баранья печень под чесночным соусом
- Лахчак
- Гуруч-хасиб (колбаса из бараньей селезенки и риса)
- Бехили жаркоп (жаркое с айвой)
- Жагир-вугир (печень жареная с почками)
- Почки жареные
- Ковурилган жигар (печень тушеная)
- Колбаса из баранины
- Жаркоп
- * * *

- Хасиб (колбаса из субпродуктов)
- Хасиб из говядины с редькой
- * * *
- Хасиб, жаренный с овощами
- Товук ковурма (жаркое с курицей)
- Куен гушти (жареный кролик по-узбекски)
- Тухум-хасиб (колбаса из риса по-узбекски)
- Товук буглама (фаршированная курица на пару)
- Курица, тушенная с морковью
- * * *
- Куриные потроха с рисом
- Куропатка, тушенная с айвой
- Каклик ковурма (жаркое из куропаток)
- Ведана-ковурма (жаркое из перепелок)
- Перепелка фаршированная
- Перепелки по-крестьянски

○ Кабобы

-
- Шашлык, обернутый в сальную пленку
- Шашлык по-кокандски
- Шашлык по-узбекски
- Шашлык из рубленого мяса
- * * *
- Шашлык из утки
- Шашлык из цыпленка
- Сих кабоб (шашлык)
- Казан кабоб из домашней птицы
- Титрама кабоб (шашлык особый)
- Казан кабоб (шашлык, приготовленный в котле)
- * * *
- Сых-кабоб
- Буглама кабоб
- * * *
- Чупон кабоб
- Шашлык, приготовленный в тандыре
- Ижжан кабоб (жареный фарш по-хорезмски)
- Жигар кабоб (шашлык из печенки)
- Думба-жигар кабоб (шашлык из курдючного сала и печенки)
- Чарви кабоб
- Перепелки на вертеле
- Хасип кабоб (сосиски из сбоя на вертеле)

○ Блюда из рыбы

-

- Рыба на вертеле
- Рыба паровая
- Рыба жареная
- Рыба жареная с помидорами
- Рыба тушеная
- * * *
- Рыба в сухарях
- Тастира с жареной рыбой
- Усач с катыком
- Щука отварная с изюмом
- Фаршированный судак с простоквашей
- Рыба отварная
- Балык «Арман»
- * * *
- Сазан отварной
- Сазан для праздничного стола
- Форель отварная
- Шашлык рыбный
- Рыба с простоквашей
- Зразы из рыбы
- * * *

○ Манты и чучвара

-
- Манты, сваренные с пловом
- Манты из кислого теста с открытым фаршем
- Манты с добавлением редьки
- * * *
- Манты по-андижански
- Манты с тыквой
- Манты с машем
- Манты, сваренные в бульоне
- Манты с маринованным мясом
- * * *
- Манты с картофелем
- * * *
- Манты с курдючным салом и сахаром
- Пельмени из зелени весенние
- Пельмени из зелени летние
- * * *
- Чучвара (пельмени)
- Пельмени из вяленых помидоров
- Варак чучвара
- Тухум барак (пельмени с яйцом)
- Чучвара с крольчатиной и перловой кашей

- * * *
- Пельмени с конопляным зерном
- * * *
- Маннар (клецки с подливкой)
- Ютанза (паровые пампушки)
- Ширин ютангза (паровые пампушки сладкие)
- Тухум барак (конвертики с яйцами)
- Тесто с бараниной по-хорезмски
- Тесто с кониной
- Тесто с курятиной
- Кайиш оши
- Хунон «Роза»
- Хунон с мясным фаршем
- Хунон с картофельной начинкой
- Хунон (рулет паровой)
- Ковак хунон (паровой рулет с начинкой из тыквы)

○ Лагман и лапша

-
- Лагман из тянутого теста
- Лагман по-узбекски
- Шиман (лагман из тонкотянутого теста)
- * * *
- Лагман «Шелковая нить»
- Лагман паровой
- Лагман на укропном настое
- * * *
- Чузма лагман
- Яичная лапша поджаренная
- Отварная лапша с кислым молоком
- Густая отварная лапша с подливой
- Угра палов (плов с лапшой)
- Вермишель палов (плов из вермишели)

○ Каши и кускус

-
- Плов с пшеницей
- Бурдой палов (плов из пшеницы)
- Сокли вотка (пшенная каша)
- Ширгуруч (молочная рисовая каша)
- Гречка палов (плов из гречки)
- * * *
- Кади гуруч (молочная рисовая каша с тыквой)
- Буламик (каша, приготовленная из муки, масла и мяса)

- Мош-гуруч ботка (молочная каша из маша и риса)
- Халим (каша из пшеницы)
- Крупа кускус по-узбекски
- Кускус по-узбекски
- Кускус с бараниной и миндалем
- * * *
- Кускус с молодым барашком
- * * *
- Кускус из ячневой крупы с бараниной и овощами
- Кускус с рыбой и кабачками
- Кускус с рыбой и айвой
- Кускус с курицей и горохом
- Шавля с мясом по-узбекски
- * * *
- Шавля
- Шавля с фасолью
- Шавля с урюком
- Каша из пророщенных зерен пшеницы
- Манная каша с медом
- * * *

○ Овощные и фруктовые блюда

-
- Жареная стручковая фасоль
- Отварная фасоль
- Фаршированная репа
- Голубцы из капусты
- * * *
- Исмалок долма (голубцы с листьями шпината)
- Тухум долма
- Олхори долма (слива фаршированная)
- Тыква, тушенная с овощами
- Тыква, тушенная с рисом и изюмом
- Кади бийрон (тыква тушеная)
- Тыква фаршированная
- * * *
- Фаршированный перец
- Айва фаршированная
- Помидор бийрон (помидоры тушеные)
- Помидоры фаршированные, паровые
- Помидор димлама
- Фаршированный лук
- * * *
- Кузикорин ковурма (жареные грибы со

шкварками)
- Шолгом ковурма (репа тушеная)
- Картошка бийрон (картофель жареный с мясом)
- Картошка бийрон (картофель, тушенный с луком)
- Кук бийрон (зелень тушеная)
- Гулкарам ковурма (цветная капуста жареная)
- * * *
- Димлама вехи
- Димлама с овощами и фруктами
- Савзи-пиез (тушеная морковь с луком)
- Кузикорин кебаб (сморчки на вертеле)
- Думбил кебаб (кукурузные початки на вертеле)
- Помидор кебаб (помидоры на вертеле)

○ Лепешки (тандырный хлеб)

-
- Лепешки «Ширмой нон»
- Лепешки ширмой «Цветение вишни»
- Ширмой патир
- Лепешки ширмой, двухпарные
- Лепешки особые
- * * *
- Лепешки домашние простые
- * * *
- Лепешки с семенами кунжута и чернушки
- Лепешки на молоке
- Лепешки со шкварками
- Лепешки с мясным фаршем
- Лепешки с луком
- * * *
- Лепешки на луковой эссенции
- Лепешки из отрубей
- * * *
- Лепешки крупные сдобные
- Лепешки жареные
- Лепешки на травяном настое
- Лепешки быстрого приготовления
- Лепешки из смеси кукурузной и пшеничной муки
- Лепешки из кукурузной муки с тыквой
- * * *
- Лепешки из кукурузной муки с луком
- Сдобные лепешки
- Лепешки, выпеченные в горячей золе

- Лепешки ташкентские со сдобой
- Лепешки из сдобного теста
- Тонкие печные лепешки
- Лепешки, испеченные в котле
- Лепешки из слоеного теста с мясным фаршем
- * * *
- Лепешки слоеные жареные к чаю
- Лепешки слоеные с луком
- Лепешки с кунжутом
- Лепешки с луком
- Лепешки с дыней
- Лепешки с мясом
- Лепешки с тутовником
- Лепешки с мясом и ананасами
- * * *
- Лепешки на сузьме

○ Самса, печенье и блины

-
- Вараки самса
- Самса уйгурская
- Самса с мясом, слоеная, печеная
- Самса слоеная, жареная
- Самса с луком и салом, слоеная, печеная
- * * *
- Самса из зелени, печеная
- Самса из зелени, жареная
- Самса с тыквой, печеная
- Самса с тыквой, жареная
- Самса слоеная, особая
- * * *
- Самса «Лаззат»
- Самса «Пуговицы»
- Самса с горохом
- Самса с капустой (первый вариант)
- Самса с капустой (второй вариант)
- Самса с картофелем
- Самса с яйцами
- Самса с кусочками маринованного мяса
- * * *
- Самса с курицей
- Самса по-хорезмски
- Самса по-татарски
- Самса из субпродуктов
- Самса с ливерным фаршем

- Самса с утятиной
- Куырма самса
- Тунукча
- Ак-нан
- Кульча
- Катлама
- Катырма
- Самбуса-варахин
- Юпка
- Чалпак
- Патырча
- Гуштли нон
- Жанырак (хворост)
- Топтама (хворост)
- Кустил (хворост)
- Баурсаки с дыней
- Баурсаки с медом
- Баурсаки с медом (дрожжевое тесто)
- Жука баурсак (из кислого теста)
- Блины по-джизакски
- Блины любительские
- Блины с бараньим жиром
- Жареные блины из дрожжевого теста
- Блины на луковом настое
- Метлуф (блинчики)
- Багрир (блинчики)

○ Блюда из яиц и молочных продуктов

-
- Яичница с лапшой
- Яичница в помидорах
- Оджа (яичница)
- Тухум кавурма
- Тухум кавурма (яичница)
- Широбча (сливки)
- Чивот
- * * *
- Курт (сушеные шарики из сузьмы)
- Каймак (сметана)
- Сариег (топленое масло)
- * * *
- Айран
- Пишлок (творог)
- Сузьма (кислое молоко отцеженное)
- * * *

- Катык
- Сладкие блюда и киёмы (варенья)
  -
  - Чак-чак (жареная обсахаренная лапша)
  - Киём из лепестков роз
  - Киём из яблок
  - Киём морковный
  - Киём с ревенем
  - Киём тыквенный
  - Киём из лимона
  - Киём из алычи
  - * * *
  - Киём урючный
  - Бекмес из ягод тутовника
  - Бекмес виноградный
  - Бекмес из дыни
  - Бекмес из арбуза
  - Бекмес из свеклы
  - Болкаймок (мед со сметаной)
  - Кувватижан (мед с топленым маслом)
  - Печеная айва
  - Офтоб гул канд
  - Адрок (жареные зерна кукурузы)
  - * * *
  - Ядра урюка с кишмишем
  - Букман
  - Сумаляк (кисель из пророщенной пшеницы)
  - Кахк
  - Толокно
  - Толокно из ягод тутовника
  - Кавун курт (шарики из дынного сока и толокна)
  - Яичмиш
  - Шарики из ореха и кишмиша
  - Аштак-паштак (сушеный урюк с ядрышком)
  - Жидкая халва
  - Магиз халва (халва из урюка)
  - * * *
  - Бадрок халва (халва из жареной кукурузы с орехами)
- Напитки
  -
  - Урик суви (урюковый настой)
  - Шербет из граната
  - Абрикосовый шербет

- Шербет из клубники
- Шербет из вишни
- Шербет из незрелого винограда
- Шербет из лепестков роз
- Шербет апельсиновый
- Фруктово-ягодный напиток
- Гранатовый напиток
- Настой унаби
- * * *
- Фруктовый отвар с медом
- Отвар шиповника
- Облепиховый физ
- Балуза
- Томатный сок к плову и шашлыку
- Мева суви (фруктовый компот)
- Компот из чернослива и яблок
- Компот из чернослива и кураги
- Компот из сухофруктов с тархуном
- Компот из груш и мандаринов
- Компот из чернослива
- * * *
- Компот из чернослива, изюма и кураги
- Персиковый напиток с медом
- Гранатовый напиток
- Горячий молочный напиток с шиповником
- Апельсиново-яблочный напиток с медом
- Яичный напиток с апельсиновым соком
- Морс из алычи
- Морс из абрикосов
- Кисель из кваса
- Апельсиновый кисель с медом
- Кисель из тыквы и яблок
- * * *
- Молочный кисель с орехами
- Кисель из моркови и ягодного сока
- Кисель из кураги
- Кисель из меда
- Миндальное молоко
- Молочно-вишневый коктейль
- * * *
- Гураоб

○ Иллюстрации

Пловы и другие блюда узбекской кухни

Несколько слов об узбекской кухне

Была бы еда – котел найдется

Узбекская пословица

У любого народа истоки кулинарного искусства берут свое начало в глубине веков. За тысячелетнюю историю узбекской нации в ее кухне сложились свои специфические особенности, придающие ей национальный колорит. Но не только: все те гастрономические нюансы, коими изобилует узбекская кухня, представляют собой большой интерес, причем как в исторической, так и в культурной сферах.

Дело в том, что в прошлом территорию нынешней Узбекской Республики населяли самые разные народности: таджики, казахи, татары, каракалпаки и другие. Их кулинарные обычаи наслаивались друг на друга в течение длительного времени. Так образовалась современная узбекская кухня, по которой можно судить и обо всей среднеазиатской.

Безусловно, национальная кухня любого народа основывается на тех продуктах, которыми богата его земля. Изобилие даров природы позволило узбекскому народу создать уникальные кулинарные традиции.

История узбекской кухни

Еще в IV–VII веках в Междуречье (между реками Амударья и Сырдарья) сложилось оседлое сообщество. На земле, расположенной между пустынями и горами – к счастью, оказавшейся плодородными долинами, – древние племена выращивали зерно и пасли скот.

Монгольское нашествие открыло дорогу в Среднюю Азию тюркоязычным завоевателям. Самое масштабное вторжение кочевых узбеков в этот земледельческий оазис произошло на рубеже XV и XVI столетий. С тех пор весь остальной мир именовал их владения «Страной узбеков», «Узбекистаном», а их подданных – «узбеками». Династии узбекских ханов безраздельно господствовали в Центральной Азии вплоть до начала XX века.

Как это ни странно, кочевые племена не развалили прочную цивилизацию. Наоборот: за счет предпочтения бывшими кочевниками оседлого образа жизни она только обогатилась. Поселившись в Междуречье, кочевые узбеки смешались с местным населением и постепенно переняли его уклад жизни.

Бывшие завоеватели стали не только земледельцами, но и защитниками. Постепенно был достигнут разумный компромисс между народностями, проживавшими на этой территории. К примеру, в Бухаре конца XIX – начала XX столетия военная власть принадлежала узбекам, а сферы культуры, религии и торговли – таджикам.

В XVI веке в Средней Азии образовались Бухарское и Хивинское ханства (в XVIII–XIX веках существовало еще и третье – Кокандское). И то и другое просуществовали до 1920 года. Эти государства не носили выраженный национальный характер: узбеки входили в состав населения и Бухары, и Хивы, и Коканда. Этнические границы между ними, если не считать разных языков, в повседневной жизни вообще были мало заметны.

Гораздо большую роль играли социальные различия, резко отделявшие в этих феодальных государствах быт и культуру горожан, крестьян, торговцев, ремесленников, а также феодально-байской верхушки, мулл, муфтиев, кадиев от трудяг – дехкан. Потому-то и кухня этих ханств развивалась не по национальным признакам, а скорее по социальным (классовым).

Рацион дехкан составляли преимущественно мучные изделия, лепешки, кислое молоко, немного овощей да бобовых – в то время как зажиточные слои населения употребляли в основном мясные блюда, пернатую дичь, фрукты и сласти.

Но при этом принципы обработки продуктов, выработанные

веками в процессе тесного взаимодействия разных народов Средней Азии, кулинарные традиции оказались одинаковыми у всех сословий и народностей, живших на территории нынешнего Узбекистана.

Древние города, возведенные в местах пролегания основных караванных путей, стали главными центрами обогащения узбекской кухни кулинарными традициями других народов. Бухара и Хорезм «ассимилировали» блюда народов, живущих в соседних странах, а оттуда они быстро распространились по всему Междуречью. С тех пор в узбекской кухне прочно обосновались русские, украинские, китайские, казахские, татарские, таджикские и другие кушанья.

Особенности узбекской кухни

Узбекская кухня насчитывает более 1000 национальных блюд. Одних только способов приготовления узбекского плова существует не одна сотня, шашлыка – около 30, супов – 70–80 рецептов. Среди всего этого многообразия очень много видов хлеба и кондитерских изделий.

Калорийность и экологическая чистота пищевых продуктов Узбекистана, по нынешним временам, просто уникальны. Глядя на потрясающие своими видом и вкусом фрукты и овощи, можно смело сказать, что жаркое восточное солнце является одним из компонентов узбекской кухни. Красочный национальный колорит пищи дополняют узбекская посуда и дастархан.

Для современной узбекской кулинарии характерно использование большого количества мяса (преимущественно бараньего) и абсолютное исключение свинины, а также жирной домашней птицы – уток и гусей. Местное население редко употребляет и другую домашнюю птицу (кур, индейку) и яйца – в то время как пернатая дичь (фазаны, куропатки, перепелки) удачно дополняют рацион узбеков. У них есть и блюда из конины и молока (правда, немногочисленные), дошедшие до наших дней как напоминание о кочевом прошлом предков.

Хотя в узбекских реках и озерах рыба водится, но блюда из нее почти никто не готовит. Не признают коренные жители и грибы. А еще почему-то – баклажаны. Зато узбеки в больших количествах употребляют местные зерновые (пшеницу, джугару, рис) и бобовые (горох нут, маш).

Не обходят они своим вниманием некоторые виды овощей (в частности, репу, тыкву, редьку, морковь), разнообразные фрукты (абрикосы, виноград, черешню, сливы, дыни) и орехи (фисташки, грецкие орехи).

Важное место в питании жителей этой солнечной республики занимает хлеб, выпекаемый из пшеничной (реже – из кукурузной и т.д.) муки в виде лепешек. Сдобный и пресный, он является основным продуктом рациона большинства населения.

Из мучных изделий в Узбекистане широко распространена лапша: она является составной частью первых и вторых блюд. Два кушанья – нарын и лагман – представляют собой разновидности лапши с приправой.

Для обжаривания продуктов в Узбекистане используют казан – открытый чугунный котел с толстыми стенками и со сферическим дном. Такая форма удобна, например, при помешивании плова. Для варки применяется каскан: специальная

кастрюля с 2 отделениями (верхним и нижним). В нем варят манты, хунон, овощи и готовят паровой шашлык.

Особо стоит отметить в рационе узбеков разнообразие кисломолочных продуктов. Наиболее известные из них – катык (или йогурт, делается из кислого молока) и сузьма (густое топленое молоко, по консистенции похожее на творог).

Эти кушанья обычно подают как самостоятельные, а кроме того, часто добавляют в салаты, супы и вторые блюда. Последним такие добавки придают поистине восхитительный аромат.

Первоначальная обработка исходных продуктов в узбекской кухне зависит от вида блюда. Например, для супа из гороха картофель нарезается кубиками, а для лапши – соломкой. Бульон готовится из крупных кусков мяса, а картофель, морковь и репу кладут целиком. Благодаря подобной технологии блюдо приобретает особый аромат.

Что касается способов обработки продуктов, то здесь – как, впрочем, и повсеместно – можно выделить два основных процесса. Первый предусматривает приготовление блюд без применения огня.

В этом случае продукты солят, квасят, маринуют, сушат на солнце, вялят в тени, соединяют в измельченном виде. Второй процесс – это приготовление блюд с помощью тепловой обработки. Она состоит из шести основных способов.

1. Жарение – *ковуриш:*

а) открытая жарка – *очик ковуриш.* Продукты нанизывают на шпажки и на вертела (или кладут на металлическую сетку, укрепленную на треножнике) и обжаривают над горящими углями;

б) жарка с применением меньшего количества жира – *жазлаш;*

в) жарка в большом количестве жира, то есть во фритюре, – *куп егда ковуриш.*

2. Варка – *кайнатиш:*

а) кипячение в воде. Этим способом варят лапшу, пельмени, мясо и овощи для супов без поджарки;

б) кипячение в молоке. Процесс в целом напоминает предыдущий – с той лишь разницей, что более твердые крупы и упругие овощи сначала варят в воде до полуготовности, а затем опускают в кипящее молоко и доваривают до готовности.

3. Варка на пару – *буглаш.*

Для этой цели используется специальная паровая кастрюля – каскан, состоящая из двух отделений (верхнего и нижнего). В ней варят манты, хунон, овощи и паровой шашлык.

4. Тушение – *димлаш.*

5. Выпекание – *тандирда пиширш:*

а) выпечка в горизонтальном тандыре. Тандыр – это особая печь, в которой выпекают в основном лепешки и печеные пирожки – самсу, иногда и мясо, рыбу, печенку, нарезанные плоскими кусками;

б) выпечка в вертикальном тандыре – *ер тандирда пиширш;*

в) выпечка в духовом шкафу – *духовкада пиширш.* Выпекание мучных изделий и других продуктов в камерах дровяных, электрических и газовых духовок идентично с другими кухнями.

6. Комбинированный способ – *мураккаб комбинацияли усулда пиширш.* Для такого способа приготовления блюд необходим котел (чугунный или алюминиевый) с шарообразным дном. Этим способом начинают приготовление плова и других блюд с поджаркой.

Первая стадия подобного способа тепловой обработки – перекаливание жира. Затем следует процесс обжарки продуктов (лука, мяса и моркови).

Приготовление зирвака, то есть подливы для плова, – это третья стадия комбинированной технологии.

Четвертой стадией этого процесса является закладка риса. Когда испарится вся влага, а крупа набухнет и станет мягкой, но сыпучей, котел закрывают крышкой – для упревания. Это уже последняя, пятая стадия комбинированного способа приготовления продуктов.

Сладкий стол в узбекской кухне тоже достаточно специфичен. Плюс к этому он весьма разнообразен. Достаточно сказать, что узбеки, как и большинство народов Среднего Востока (арабы, персы, турки), не признают десерт как завершающее трапезу, заключительное блюдо.

Сласти, напитки и фрукты на Востоке употребляются во время еды дважды, а порой – и трижды: их подают до, после, а зачастую и в процессе приема пищи.

Правда, в последние годы этот обычай у узбеков постепенно исчезает из обихода: все большее число людей приходит к выводу, что употребление сладкого перед едой портит аппетит.

Но традиция есть традиция: дастархан (ковер на полу, служащий столом) и по сей день украшают сласти, сладкие напитки, свежие, сушеные и вяленые фрукты (особенно изюм и урюк), дыни и арбузы, а также поджаренные и соленые орехи.

Кроме них, любую трапезу в Узбекистане сопровождает чай. Им начинают обед, им запивают жирную мясную закуску и мучные изделия, а особенно вторые блюда; им же и завершают. Зеленый чай (кок-чай) хорошо утоляет жажду и повышает тонус организма. К нему, как правило, подают урюк (тутманз) и джем

из тутовника (шелковицы).

Основным приемом пищи на Востоке является ужин. Во-первых, плотно пообедать там и при желании не получится: очень жарко. Во-вторых, узбекские блюда готовятся по старинным технологиям, а это занимает довольно много времени – иногда целый день.

Да и вообще: настоящий дастархан лучше накрывать вечером, когда все дела уже сделаны. И тому есть веская причина: обилие блюд, которые съедаются за один прием, поражает: их может быть более десятка! В этой республике принято есть неспешно и со вкусом.

Большинство блюд узбекской кухни изобилует пряностями, но назвать их острыми нельзя. Справедливости ради надо сказать, что они достаточно пикантны.

Немного о приправах и специях

В узбекской кулинарии применяются такие пряности и специи, как зира (ажгон), зирк (барбарис), различные сорта красного стручкового перца, черный перец (молотый и горошком), кориандр (семена кинзы), лавровый лист, корица, зарчуба (куркума), райхон (реган, садовый базилик), бадьян, бужгун, виноградный уксус, шафран, листья и стебли петрушки и укропа, зелень чеснока, зеленый лук, винный уксус, а также множество других.

Сегодня почти в любом городе России на рынке можно приобрести все необходимое для приготовления, к примеру, плова. Но некоторые из пряностей и смесей жителям нашей страны мало знакомы, поэтому о них есть резон рассказать подробнее.

Зира (ажгон). Известна также как айован, коптский тмин и индийский тмин. Однолетнее травянистое растение семейства зонтичных, родом из Индии.

По внешнему виду от знакомого нам тмина семена ажгона отличают более мелкие размеры и темная окраска. Кроме того, у них более резко выраженный приятный аромат. Острый и жгучий вкус зиры особенно отчетливо проявляется при нагревании.

Широко применяется в приготовлении различных блюд узбекской кухни: пловов, различных видов колбас домашнего приготовления, супов, для маринования шашлыков. Ажгон добавляют в фарш для пельменей и мантов, а также используют при приготовлении жаркого, кабоба.

Что интересно, эта приправа обладает природными консервирующими свойствами. Так, мясо, посыпанное толченой зирой и солью, не портится в течение нескольких суток.

Зирк (барбарис). Название этой пряности происходит от арабского названия вечнозеленого колючего кустарника. Колючки – это видоизмененные листья.

Плод кустарникового растения напоминает облепиху, но ягоды имеют темно-фиолетовый оттенок. Цветки барбариса – желтые; созревает же он в конце лета, приобретая слабо выраженный запах и кисловатый вкус. Растет зирк в горах.

Барбарис используют при приготовлении супов, плова и жаркого. Он сообщает этим кушаньям приятный кисловатый вкус. Ягоды барбариса повышают аппетит и к тому же обладает сильными антисептическими свойствами.

Они эффективно стимулируют иммунную систему и понижают кровяное давление. Зирк входит в состав многих

национальных приправ и добавляется в мясные блюда. Незаменим при приготовлении плова и некоторых видах жаркого.

Зарчуба (куркума). Ее еще называют желтым корнем, гургемей или халди. Многолетнее травянистое растение семейства имбирных, родиной которого является Индокитай. Возделывается в Индии, Камбожде, на Цейлоне, в Индонезии (Ява), Южном Китае, Японии, на Филиппинах, на Мадагаскаре, в странах Карибского бассейна (Гаити) и в Закавказье.

Как пряность куркума известна более 2500 лет. В конце I века куркума впервые была ввезена в Древнюю Грецию. Жители этой страны называли ее желтым имбирем. В XVI–XVII веках куркума стала известна в Западной Европе под названием terra merita – «достойная земля». И только с середины XVIII столетия приправа обрела свое нынешнее название – куркума. В Средней Азии ее называют зарчуба.

Кашниз (кинза, кориандр). Однолетнее травянистое растение семейства зонтичных. Родина – Малая Азия, Восточное Средиземноморье. Культивируется в центральночерноземных областях России, на Украине, в Краснодарском крае, в Крыму, Закавказье и Средней Азии.

В качестве пряности используются свежая и сушеная зелень растения, называемая кинзой, и семена – кориандр. Различие в названиях отражает различные цели применения зелени и семян растения.

Его листья – как правило, мелкие, изрезанные, с приятным нежным ароматом. В основном применяются в свежем виде. В кинзе содержатся много питательных и полезных веществ.

Эта приправа повышает усвояемость высококалорийных, жирных и мясных блюд. Широко применяется при приготовлении различных супов, а также целого ряда вторых блюд.

Щибит (укроп). Синонимы: копер, цап, кроп (укр.), шивит *(узбек.),* шюют *(азербайдж.),* самит (арм.), кама *(груз.)* и тилль *(эстон.)*. Родина – Южная Европа, Египет, Малая Азия. В Западной и Северной Европе щибит известен с XVI века.

В России укроп – одна из самых распространенных пряностей. Однако его традиционное применение – салаты, супы, мясные вторые блюда, а также засолка огурцов и помидоров – ограничено летним временем (за исключением крупных городов и мегаполисов России: там в супермаркетах эту зелень сейчас продают круглый год). Укроп у нас привыкли применять только в свежем виде. А между тем его можно сушить и хранить в таком виде до следующего лета. При правильной сушке укроп не утрачивает ни цвет, ни свои полезные свойства.

В домашней кухне можно приготовлять укропный настой и

замешивать на нем тесто для лапши. Зеленая добавка придает домашней лапше очень приятный аромат.

Райхон (реган, базилик садовый). Известен еще как душка, душистый василек, реан *(арм.)*. Однолетнее травянистое растение семейства губоцветных, родом из Индии. Культивируется во всех странах Южной Европы, на Северном Кавказе, в Крыму, Молдавии, Закавказье и Средней Азии. В средней полосе России прекрасно растет в открытом грунте, а зимой может возделываться в комнатных условиях: в цветочных горшках. Листья и побеги базилика, собранные в начале цветения, используют в свежем и сухом видах, причем при правильной сушке аромат у него только усиливается.

Сушат реган в тени, а хранят в темной герметично закрывающейся стеклянной посуде: приправа чувствительна к влаге, свету и под их воздействием полностью теряет аромат.

Цвет листьев у базилика различен: он варьируется от светло-зеленого до фиолетового. Используются только молодые побеги. Райхон обладает ярко выраженным ароматом.

Им заправляют первые блюда, украшают холодные закуски. Довольно часто реган используют в качестве приправы для различных фаршей.

Сирко, гураб (виноградный уксус). В узбекской кулинарии виноградный уксус, называемый «сирко», обычно готовят домашним способом.

Правильно приготовленный гураб имеет остро-кислый вкус и специфический аромат. Цвет его – темно-красный; этой характеристикой приправа напоминает гранатовый сок. Хорошо зарекомендовали себя уксусы, приготовленные ташкентскими, наманганскими, андижанскими и самаркандскими садовниками.

Имбирь. В переводе с санскрита название этой пряности означает «в форме рога». Имбирь упоминается еще в трудах Конфуция. К XIV веку имбирь стал второй по распространенности пряностью (первая – перец). Он же был первой азиатской пряностью, «переселившейся» в Америку еще в начале XVI столетия и быстро прижившейся там. В кулинарии употребляют корневище имбиря, которое имеет вид кругловатых, но как бы плоских кусочков, напоминающих различные фигурки. Можно выделить белый имбирь (грязно-белого и сероватого цвета) и черный.

Белый – это предварительно вымытый имбирь, очищенный от поверхностного, более плотного слоя, а после этого высушенный на солнце.

Черный имбирь – тоже высушенный на солнце, но неочищенный и не ошпаренный кипятком. При надрезе корня

можно ощутить резкий аромат лимона. В Узбекистане имбирь употребляют при приготовлении блюд из мяса и птицы, а также в качестве усиливающей аромат добавки в чай.

Пловы с мясом и без

Не попробовал плова – не родился на свет

Узбекская пословица

Любимым и наиболее почетным блюдом в Узбекистане всегда считался плов. Это блюдо, незаменимым компонентом которого является рис, известно с незапамятных времен. Известно, что еще в X–XI веках на больших угощениях плов готовили из риса сорта «девзира». К XV столетию плов считался почетным блюдом: его подавали как на свадьбах, так и на поминках.

В народной медицине плов считался целебным. Его рекомендовали при недомогании, истощении организма, после долговременного голодания и тяжелой болезни.

Употребляли это блюдо перед и после тяжелого физического труда, в ненастье весной, осенью и зимой. В этих целях применял плов при лечении больных сам Абу Али ибн Сина (Авиценна).

В богатых домах плов варился чуть ли не каждый день, а в средних по зажиточности – обычно один раз в неделю: вечером в канун пятницы. Для бедных плов был очень редким блюдом.

Плов в семье обычно приготовлялся женщинами, на общественных же угощениях – практически всегда мужчинами. Каждый представитель сильного пола считал обязательным для себя уметь приготовить плов, и это искусство служило нередко предметом гордости и соревнования.

Сама процедура приготовления настоящего плова очень сложна: тут и особым образом нашинкованные и обжаренные овощи, и длительная «закалка» риса (его вымачивают в соленой воде), и особым образом смешанное масло, и многоступенчатая процедура варки и томления.

Приготовление настоящего узбекского плова состоит из трех операций: перекаливание масла, получение зирвака (основы плова), закладка риса и доведение кушанья до готовности.

Иногда баранину (обязательный, по мнению большинства узбеков, ингредиент плова) заменяют говядиной. Мясо лучше брать с жирком. Если оно очень жирное, количество масла, полагающегося по рецептуре, необходимо уменьшить на треть.

Плов всегда получается разным хотя бы потому, что при его приготовлении используют различное мясо: говядину, баранину, все виды казы (конскую колбасу), постдумбу (курдючную оболочку), перепелов, фазанов, кур.

Не всегда в состав плова входит рис. Иногда он является лишь частью плова, а порой полностью заменяется пшеницей, горохом или машем. Но в большинстве видов плова сохраняется классический набор продуктов: баранина, рис, морковь, лук, изюм (или урюк) и пряности.

Узбеки стараются использовать крупный хорезмский рис: его зерна обладают особым, «жемчужным» блеском. Морковь предпочитают желтую. Узбекский плов имеет пикантный вкус благодаря пряностям. Это зира и барбарис. Иногда добавляют шафран.

Плов едят руками, обычно без хлеба, но с салатом. И все будет в точности соответствовать этикету, если есть его прямо из большого общего блюда.

К плову подают гранаты, которые помогают усваиваться жирной пище. И, конечно же, зеленый чай.

Плов по-узбекски

- *240 г баранины*
- *480 г риса*
- *480 г моркови*
- *200 г репчатого лука*
- *120 г сала или растительного масла*
- *специи*
- *соль*

Рис предварительно замочить на 2 часа в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды).

Баранину нарезать кусочками по 10–15 г и обжарить в чугунном казане в сильно разогретом жире до образования румяной корочки, затем добавить нарезанные соломкой лук и морковь и жарить все вместе. Эта смесь называется зирвак.

Затем влить горячую воду и припустить зирвак на слабом огне до готовности.

В отличие от других блюд и способов приготовления пловов, здесь соль и воду положить в плов в 2 приема. Первый раз специи добавить после окончания тушения продуктов.

Затем положить набухший в воде рис, причем он должен находиться на поверхности зирвака, образуя толстый слой, иначе он может прилипнуть ко дну котла. Большое значение при укладке риса имеет количество горячей воды, которой нужно залить его. Она должна быть равна весу риса, набухшего в воде.

После закладки риса и воды плов посолить, добавить специи: анис, барбарис или молотый перец (можно добавить также промытую сушеную курагу из расчета 20 г на порцию).

Продолжать варить, пока вода не испарится, потом шумовкой собрать плов к середине горкой, проколоть в нескольких местах палочкой, плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности (20–25 минут).

При подаче плов уложить горкой, а сверху положить кусочки мяса и посыпать нашинкованным луком.

Отдельно подавать маринованные или соленые огурцы.

«Вир гуруч – вир гушт» палов (плов с мелко накрошенным пережаренным мясом)

- *200 г риса*
- *75 г репчатого лука*
- *200 г баранины или говядины*
- *50 г жира*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*
- *250 г жира для фритюра*

Мясо отделить от костей, мякоть нарезать на кусочки величиной с горошину, пережарить во фритюре, отставить.

В сильно разогретом жире обжарить косточки, добавить лук, жарить до образования румяной корочки, потом положить морковь и продолжать жарить.

В зирвак добавить соль, специи, налить воды, дать закипеть, засыпать рис с ранее приготовленным мясом, после упарки влаги плов закрыть.

Перед подачей на стол плов перемешать.

Плов тушеный (димлама палов)

- *200 г риса*
- *100 г мяса*
- *150 г моркови*
- *30 г лука*
- *30 г топленого (сливочного) масла*
- *соль*

Жирную баранину нарезать небольшими кусочками, реберные кости порубить на куски той же величины, посыпать солью. Казан со сферическим дном разогреть, затем положить мясо и лук, перемешать несколько раз шумовкой.

Когда мясо начнет выпускать сок, положить ровным слоем морковь, нарезанную соломкой или кубиками, налить немного воды, накрыть миской, тушить на медленном огне до полуготовности.

После чего засыпать ровным слоем предварительно (за 2 часа до приготовления плова) замоченный рис, налить воды столько, чтобы была на уровне рисового слоя, посыпать солью, плотно накрыть миской и тушить в течение 25–30 минут.

Перед подачей на стол заправить топленым или сливочным маслом, перемешать и уложить на блюдо горкой.

Плов с отварными продуктами (кайнатма палов)

- *200 г риса*
- *150 г мяса*
- *50 г топленого масла*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *10 г кишмиша*
- *соль*

Мясо (баранину, говядину) положить в кастрюлю с теплой водой и варить на медленном огне в течение 1,5–2 часов, вынуть, а бульон процедить, посолить и сварить в нем морковь, нарезанную кубиками, и промытый рис.

Для того чтобы отварной рис был рассыпчатым, необходимо на 1 л бульона брать 100 г риса.

Отварное мясо отделить от костей, нарезать на мелкие кусочки, слегка обжарить вместе с кольцами лука на топленом масле.

Соединить с отварным рисом и морковью, добавить предварительно замоченный кишмиш, хорошо перемешать и накрыть на 20 минут.

Плов с зарчавой (зарчава палов)

- *1 кг риса*
- *1 кг мяса*
- *1 кг моркови*
- *300 г масла*
- *200 г лука*
- *10 г зарчавы*
- *соль*
- *специи (черный перец горошком)*

Рис промыть в теплой подсоленной воде, затем положить краситель.

Для этого зарчаву потолочь в ступке, просеять через редкое сито и растворить порошок в теплой воде из расчета 1 г зарчавы, 1 стакан теплой воды на 1 кг риса. Этим раствором залить промытый рис и оставить на 23 часа.

Очистить морковь, нарезать брусочками, лук – крупными кольцами, а баранину – большими (0,5–1 кг) кусками. Если плов готовят с говядиной или кониной – нарезать на куски по 23 кг и отварить отдельно.

В раскаленном жире обжарить сырое или отварное мясо до корочки, вместе с луком.

Затем положить морковь ровным слоем, добавить горошки черного перца, залить водой несколько ниже уровня морковного слоя, дать закипеть, убавить огонь и варить на медленном огне до полной готовности моркови и мяса.

После этого положить подготовленный рис, предварительно процедив через сито, разровнять, залить водой или бульоном, в котором варилось мясо, ниже уровня рисового слоя.

По мере закипания перемешивать рисовый слой, чтобы рис дошел до готовности на образующемся пару.

Если жидкости после риса налито меньше нормы, долить. Сделать проколы до дна казана в тех местах, где не возобновляется кипение.

Убедившись в том, что рис дошел до готовности и испарилась вся влага, плов собрать горкой к середине казана и накрыть крышкой на 15–20 минут, убрать с огня. Плов должен быть золотисто-желтого цвета.

Перед подачей на стол вынуть мясо, разрезать на куски по 50100 г, плов перемешать, уложить на блюдо несколько порций вместе, сверху положить кусочки мяса.

* * *

Самым хорошим жиром для плова является баранье курдючное сало – блюдо получается отменным, с тонким букетом вкуса и аромата. Это вызывает хороший аппетит, который усиливается в процессе еды и не прекращается даже после ощущения полной сытости.

По правилам кулинарии, аппетитность любого блюда – важнейший показатель его высокого качества.

Плов «Изобилие»

- *400 г риса*
- *250 г баранины или говядины*
- *125 г жира*
- *150 г репчатого лука*
- *200 г моркови*
- *1 айва*
- *2 головки чеснока*
- *50 г гороха*
- *1 яйцо*
- *соль*
- *специи*

Перекалить жир и обжарить в нем мясо, нарезанное кусками, добавить лук. Все хорошо пережарить. Добавить морковь, нарезанную соломкой, и жарить, часто помешивая. Если вместо мяса взят фарш, его необходимо положить в зирвак перед закипанием.

Налить в зирвак воды, вместе со специями положить замоченный горох, изюм и айву, нарезанную ломтиками.

Через 30 минут после кипения зирвака, перед закладкой риса, в зирвак положить головки чеснока, предварительно срезав донце, но не счищая шелухи.

Сверху засыпать подготовленный рис, посолить и варить до испарения влаги.

Перед закрытием плова сверху положить мелко нашинкованный лук, заправленный зирой. В плов можно положить еще сырые яйца.

При подаче на стол снять сверху плова лук, положить в тарелку, яйца очистить от скорлупы, чеснок разделить на дольки, предварительно сняв шелуху.

Плов положить горкой на блюдо. Поверх разложить кусочки айвы, яйца, дольками чеснок и подать к столу.

В отдельной тарелке подать мелко нарезанный лук с тмином.

Плов с картофелем

- *250 г риса*
- *100 г картофеля*
- *125 г баранины или говядины*
- *100 г жира*
- *75 г репчатого лука*
- *125 г моркови*
- *соль*
- *специи*

В раскаленном жире пережарить лук. Мясо, нарезанное кусочками, жарить вместе с луком до образования красной корочки, затем в котел налить воды, дать закипеть. Добавить соль и специи.

Когда закипит зирвак, в котел положить картофель, нарезанный крупной соломкой и, не доводя до кипения, засыпать рис. После упарки влаги закрыть тарелкой, довести до готовности.

При подаче плова на стол сначала положить на блюдо рис, сверху картофель и мясо.

Шалгамли палов (плов с репой)

- *250 г риса*
- *125 г баранины или говядины*
- *75 г репы*
- *75 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *50 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Готовить, как обычный плов. Только во время обжаривания лука, мяса, моркови положить в зирвак репу, очищенную и нарезанную вдоль.

Тушить с зирваком до полуготовности, а затем положить в котел рис и варить до полной готовности.

При подаче на стол плов положить горкой на большие тарелки, сверху разложить кусочки репы.

Другой вариант приготовления шалгамли палов: морковь полностью заменяется нарезанной соломкой репой, редькой или редиской (берется 100 г одного из этих овощей).

Для этого, например, у редиски срезать кончик и ботву, хорошенько вымыть сначала в холодной, затем в теплой воде и, не очищая кожуры, нашинковать соломкой и заложить в плов вместо моркови (редиску слишком пережаривать не следует).

Когда кладется в плов редька или репа, то у этих корне плодов кожура снимается потолще и обжариваются они, как обычно.

Плов по-хорезмски

- *260 г баранины*
- *240 г риса*
- *240 г моркови*
- *120 г репчатого лука*
- *100 г жира*
- *5 г пряной смеси*
- *соль*

Мясо нарезать крупными кусками по 60–80 г, обжарить в масле, затем добавить обжаренный лук, после чего влить четверть стакана воды и дать ей закипеть.

Только после этого положить заранее подготовленную морковь, нарезанную вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2–3 мм, соль и пряную смесь.

Затем долить воду так, чтобы она покрыла содержимое казанка, плотно закрыть крышкой и томить 2–3 часа на слабом огне. Положить рис, вновь долить воды, посолить и продолжать варить еще 30 минут.

Готовый плов не размешивать, а переложить на тарелки слоями.

* * *

Зарчава – пищевой краситель золотистого цвета, изготовленный определенным способом из корня тропического растения, широко используется в афганской и индийской кулинарии.

Плов с зарчавой, вероятно, возник в древности под влиянием афганской и индийской кухни, о чем свидетельствует другое название этого блюда – «палови кобили» – «плов по-кабульски».

Корма палов

- *250 г риса*
- *250 г баранины или говядины*
- *75 г масла*
- *70 г репчатого лука*
- *125 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Нарезать мясо кусочками, как на шашлык, немного помариновать, смешав с луком, солью, черным молотым перцем и зирой.

Перекалить масло и обжарить маринованное мясо, затем положить морковь соломкой и сразу же, не перемешивая, залить холодной водой и томить на слабом огне до смягчения моркови.

После этого положить промытый рис, залить теплой водой и варить до готовности. Время от времени перемешивать все содержимое котла. Когда рис набухнет, закрыть на 15–20 минут и довести плов до готовности.

Той палови (свадебный плов)

- *1 кг риса*
- *500 г баранины или говядины*
- *200 г жира*
- *280 г репчатого лука*
- *600 г моркови*
- *зарчавы на кончике ножа*
- *соль*
- *специи*

Мясо нарезать большими кусками, отварить. В отдельном котле перекалить жир, обжарить в нем лук, положить морковь, нарезанную крупной соломкой (шпалками), залить мясным бульоном, дать закипеть.

После этого добавить зарчаву и полпорции соли и специй. Рис промыть 3–4 раза и на 2 часа замочить в теплой воде.

После закладки рис в котле разровнять, если есть необходимость, залить еще бульона, досолить и довести до готовности. Готовый плов положить на блюдо, сверху разложить отваренное мясо, подать к столу.

Плов свадебный по-кашкадарьински

- *1 кг риса*
- *1 кг говядины*
- *1 кг моркови*
- *300 мл растительного масла*
- *300 г лука (на плов и на маринование мяса)*
- *соль*
- *специи*

Мясо нарезать кусочками, как на шашлык, смешать с рубленым луком, заправить солью, черным молотым перцем и кумином, поставить в прохладное место, мариновать 1–1,5 часа.

Жир перекалить, обжарить в нем кольца лука и маринованное мясо до полуготовности.

Затем положить морковь, нашинкованную крупной соломкой, и сразу же налить холодной воды до уровня содержимого казана и тушить на медленном огне до полного размягчения моркови, заправить специями.

После этого положить промытый рис, добавить соль, долить теплой воды и варить на сильном огне, перемешивая рисовый слой до полного испарения влаги.

Когда рис дойдет до готовности, плов собрать к середине казана горкой, накрыть минут на 15–20. Плов должен получиться белого цвета.

Перед подачей на стол перемешать и положить на блюдо несколько порций горкой или отдельными порциями с салатом из свежих овощей.

Свадебный плов по-ташкентски (тошкент туй палови)

- *1 кг риса*
- *1 кг мяса*
- *1 кг моркови*
- *300 мл растительного масла*
- *30 г животного жира*
- *100 г лука*
- *100 г гороха*
- *100 г кишмиша*
- *10 г сахарного песка*
- *соль*
- *барбарис*
- *кумин*
- *черный перец горошком*

Замочить нухот в холодной воде, кишмиш тщательно перебрать. Морковь нарезать небольшими брусочками. Рис вымыть и замочить в теплой подсоленной воде.

В большом чугунном казане с шарообразным дном сильно (до 200˚С) перекалить растительное масло с добавлением коровьего или бараньего сала.

Баранину или телятину большими (2–3 кг) кусками, а говядину или конину – кусками по 0,5–1 кг опустить в перекаленное масло и обжарить до румяной корочки. Лук обжарить вместе с мясом до коричневого цвета, выложить морковь ровным слоем, сразу залить водой на уровне содержимого казана, положить замоченный горох и варить на умеренном огне до готовности. После чего заправить солью и специями.

Замоченный рис процедить через марлю и ровным слоем положить в зирвак, залить горячей водой так, чтобы она не выступала над рисовым слоем.

Варить на сильном огне, когда рис начнет набухать на образовавшемся пару жидкости зирвака, рисовый слой перемешать шумовкой для того, чтобы варилось равномерно.

Через определенное время снова перемешать. Убедившись в том, что рис дошел до кондиции, посолить, положить промытый и замоченный на час кишмиш, плов собрать горкой в середине казана, накрыть крышкой, убрать с огня и выдержать 30 минут.

Перед подачей на стол рисовый слой плова с морковным тщательно перемешать, вынуть мясо (казы, сало), охладить,

нарезать на кусочки по 50–100 г, а если казы – кружочками.

Плов уложить на блюдо плоским слоем, на середину положить куски мяса, сала, кружочки казы.

Отдельно подать нарезанные свежие овощи: помидоры, огурцы, редьку.

Плов холодный

- *600 г риса*
- *1,2 л воды*
- *500 г баранины*
- *500 г моркови*
- *200 г лука*
- *240 г курдючного сала*
- *перец*

Рис замочить в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды) на 34 часа.

Мякоть баранины нарезать кусочками по 10–12 г, посолить, поперчить и обжарить в сильно нагретом курдючном сале до образования румяной корочки.

Затем к обжаренному мясу добавить нарезанные соломкой репчатый лук, морковь и продолжать жарить.

В мясо с овощами влить воду (или бульон, сваренный из костей баранины), положить рис и варить при слабом кипении в закрытой посуде в течение 4050 минут.

Плов с зарчавой

- *500 г риса*
- *500 г мяса*
- *750 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *250 г жира*
- *1/2 пиалы рассола зарчавы*
- *12 горошин черного перца*

Небольшое количество зарчавы развести в подсоленной горячей воде и добавить в рис, перемешать, при этом рис приобретает золотистый цвет.

Этот рис замочить на 1 час в горячей воде.

В котле перекалить жир, обжарить в нем мясо, нарезанное большими кусками. Сначала положить лук, пережарить его, затем морковь, нарезанную крупной соломкой, полить водой, добавить черный перец и продолжать варить. Когда из моркови выйдет сок, помешать ее один раз, положить замоченный рис, разровнять.

Рис время от времени помешивать и разравнивать, пока не сварится полностью.

После этого плов проткнуть палочкой, выпустить пар и закрыть котел крышкой.

Готовый плов перемешать, вынуть мясо, нарезать маленькими кусочками.

Плов положить на блюдо, а сверху разложить мясо.

Плов с урюком

- *120 г говядины*
- *240 г риса*
- *80 г моркови*
- *160 г урюка*
- *100 г жира*
- *6 г пряной смеси*
- *соль*

Урюк тщательно промыть несколько раз в холодной воде и положить на зирвак ровным слоем, не перемешивая. После этого на урюк засыпать рис.

Приготовить плов так же, как плов по-узбекски.

Кийма палов (плов с мясными фрикадельками)

- *250 г риса*
- *125 г баранины или говядины*
- *75 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Мелко порубить мясо, заправить солью и специями, перемешать с нашинкованным луком.

Из этого фарша сделать фрикадельки величиной с яблоко.

В раскаленном масле обжарить фрикадельки до появления румяной корочки, сложить в миску, накрыть и отставить.

Затем в масло положить лук, обжарить до золотисто-коричневого цвета, добавить морковь и продолжать варить плов обычным способом.

В кипящий зирвак перед закладкой риса опустить фрикадельки и доварить вместе с рисом.

Готовый плов тщательно перемешать, положить на блюдо, а фрикадельки разложить поверх плова и подать на стол.

Тас-кебаб палов

- *850 г говяжьей вырезки*
- *600 г риса*
- *120 г топленого масла*
- *4–5 луковиц*
- *2–3 бутона гвоздики*
- *корица*
- *сумах*
- *соль по вкусу*

Мясо зачистить, нарезать ломтиками и слегка обжарить в раскаленном масле. Сложить слоями в кастрюлю вперемежку с пассерованным луком, корицей и гвоздикой.

Добавить немного бульона и тушить до готовности при закрытой крышке. Отдельно отварить рис.

При подаче на тарелку выложить его горкой, сверху разложить готовое мясо и полить соусом, образовавшимся при тушении.

На стол поставить сумах.

* * *

Слово «туй» – свадьба, пиршество, угощение – происходит от инфинитива «туй-мок», что означает насытиться, быть сытым.

Плов по-шымкентски

- *500 г баранины*
- *2 стакана риса*
- *2 баклажана*
- *350 г моркови*
- *3 сладких перца*
- *80 г репчатого лука*
- *315 мл растительного масла*
- *200 мл бульона*

Овощи тщательно помыть. Баклажаны нарезать небольшими кубиками, морковь нашинковать мелкой соломкой, сладкий перец – крупной соломкой, репчатый лук – кольцами.

Все овощи поочередно обжарить на раскаленном растительном масле.

Рис тщательно промыть и варить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на дуршлаг или сито, чтобы стекла вода.

В разогретый жир опустить нарезанное кубиками или брусочками мясо, жарить до образования румяной корочки.

Засыпать рис, обжаренные овощи, добавить воду или бульон, довести до кипения и варить при плотно закрытой крышке на тихом огне до готовности.

Подать на дастархан в большом блюде.

Плов с сушеным урюком

- *130 г говядины*
- *250 г риса*
- *70 г моркови*
- *70 г сушеного урюка*
- *100 г жира*
- *6 г пряной смеси*
- *соль*

Лук обжарить в сильно нагретом жире, положить кусочки нежирной говядины и нашинкованную соломкой морковь, заправить солью, пряностями, залить водой. Когда зирвак закипит, перемешивая, добавить ровным слоем тщательно промытый сушеный урюк.

Затем засыпать подготовленный рис и варить плов так же, как плов по-узбекски.

Плов с айвой

- *80 г баранины или говядины*
- *240 г риса*
- *80 г моркови*
- *160 г айвы*
- *80 г репчатого лука*
- *80 г жира*
- *6 г пряной смеси*
- *соль*

Айву тщательно вымыть щеткой, очистить от сердцевины, разрезать на четвертинки, которые положить в готовый зирвак перед закладкой риса, и тушить несколько минут.

Затем приготовить плов так же, как плов по-узбекски.

Готовый плов положить горкой на блюдо, сверху разложить нарезанную кусочками айву и подать к столу.

Плов бухарский с виноградом

- *330 г баранины*
- *180 г риса*
- *300 г моркови*
- *100 г бараньего курдючного жира*
- *60 г репчатого лука*
- *60 г кишмиша*

Баранину отварить крупными кусками. В бульон положить рис, нарезанные соломкой и пассерованные морковь и лук, изюм.

Когда рис сварится, добавить в него топленый курдючный жир и размешать.

При подаче плов разложить рядами вперемежку с вареным мясом, нарезанным тонкими ломтиками.

Плов праздничный «Изобилие»

- *200 г риса*
- *50 г мяса*
- *50 г жира*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *10 г чеснока*
- *15 г айвы*
- *5 г гороха*
- *5 г кишмиша*
- *5 г гранатовых зерен*
- *соль*
- *специи*

Для украшения:

- *1 айва*
- *1 яйцо*
- *1 морковь*
- *1 редька*

Масло или сало перекалить, обжарить в нем лук, затем мясо, нарезанное ломтиками, до румяной корочки.

Положить морковь, нарезанную мелкими кубиками, и жарить вместе с мясом до полуготовности.

Добавить замоченный накануне горох нухот и айву, очищенную и разрезанную половинками, чеснок – целиком, залить водой и тушить на умеренном огне до готовности гороха.

Посыпать солью и специями (только после полной готовности гороха).

Затем положить ровным слоем рис, замоченный кишмиш, залить необходимым количеством воды и варить при бурном кипении до полной готовности, убрать с огня, время выдержки на собственном пару – 2025 минут.

Тем временем отдельно сварить яйца вкрутую, а на пару сварить морковь, нарезанную кружочками, айву – дольками.

Из лука вырезать «розеточки» или «корзиночки», из редьки – разные фигурки и т.д.

Все это пойдет для красивого оформления плова перед подачей на стол. Из готового плова осторожно вынуть айву и чеснок, плов перемешать, уложить на большое блюдо горкой.

Сверху горки положить «розеточки» из лука, наполнить их зернами граната, рядом положить чеснок, половинки и сваренные на пару дольки айвы, нарезанное кружочками и дольками яйцо, вкруговую чередуя со «звездочками» из моркови.

По краям блюда положить рядами фигурки, нарезанные из редьки, и подать к столу.

Ошковок палов (плов с тыквой)

- *250 г риса*
- *75 г баранины*
- *75 г тыквы*
- *75 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *75 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Мясо поджарить с луком и морковью. Добавить специи и соль. Тыкву нарезать на небольшие кусочки, очистить от семян, прополоснуть в холодной воде, опустить в мясную смесь и варить до полуготовности.

После этого засыпать рис, долить воды, посолить и после упарки воды закрыть плов крышкой.

Готовый плов положить на блюдо, а куски тыквы разложить в тарелки и подать на стол отдельно, лучше в холодном виде.

Плов с чесноком

- *100 г баранины или говядины*
- *250 г риса*
- *130 г моркови*
- *110 г репчатого лука*
- *100 г чеснока*
- *70 г жира*
- *пряная смесь*
- *соль*

Плов с чесноком приготовить так же, как плов по-узбекски, только рис положить в два приема, сначала положить половину риса, разровнять, вкруговую уложить головки чеснока, затем засыпать оставшийся рис, залить водой и продолжать варку. Когда блюдо готово, чеснок вынуть, плов перемешать и переложить на блюдо.

Головки чеснока поделить на зубчики, очистить и уложить на плов.

Плов по-хорезмски

- *260 г баранины*
- *240 г риса*
- *240 г моркови*
- *120 г репчатого лука*
- *100 г жира*
- *5 г пряной смеси*
- *соль*

Мясо нарезать крупными кусками по 60–80 г, обжарить в масле, затем добавить обжаренный лук, после чего влить четверть стакана воды и дать ей закипеть.

Только после этого положить заранее подготовленную морковь, нарезанную вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2–3 мм, соль и пряную смесь.

Затем долить воду так, чтобы она покрыла содержимое казанка, плотно закрыть крышкой и томить 2–3 часа на очень слабом огне.

Положить рис, вновь долить воды, посолить по вкусу и продолжать варить еще 30 минут.

Готовый плов не размешивать, а переложить на тарелки слоями.

* * *

Свадебный плов имеет десятки вариантов. Один и тот же плов одни готовят только с бараниной, другие – с говядиной, третьи – с кониной, четвертые сочетают мясо с казы. В одном месте добавляют в плов как обязательный компонент кишмиш, нухот, черный перец горошком, в другом – отказываются от этих продуктов совсем или ограничиваются одним из них и т.д. Отсюда и разновариантность свадебного плова.

Сафаки палов (раздельный по-самаркандски)

- *340 г баранины*
- *240 г риса*
- *300 г моркови*
- *160 г репчатого лука*
- *100 г топленого масла*
- *перец черный и красный молотый*
- *соль*

Промытый рис положить в котел с подсоленной водой (на 1 кг риса 1 л воды), отварить.

Очищенную морковь варить целиком вместе с мясом. Вареное мясо нарезать кусками, морковь – соломкой, добавить пассерованный репчатый лук, соль, молотый красный и черный перец и все перемешать.

При подаче положить сначала сваренный рис, полить его сильно разогретым маслом, сверху уложить мясо, морковь, лук, затем полить оставшимся маслом.

Ивитма палов (плов из риса и гороха)

- *220 г баранины*
- *140 г риса*
- *200 г моркови*
- *60 г гороха*
- *60 г репчатого лука*
- *60 г топленого масла или бараньего сала*
- *специи*
- *соль*

Рис промыть 4–5 раз в холодной подсоленной воде, а затем замочить его в горячей на 40 минут, а горох – на 18–20 часов.

Баранину нарезать кусочками и обжарить в раскаленном жире, добавить лук, нарезанную мелкими кубиками морковь и продолжать жарить еще 10–15 минут. Когда морковь и лук поджарятся, налить горячую воду, добавить замоченный горох, специи и варить 20–25 минут.

Когда зирвак будет готов, его посолить и засыпать слоем риса, снова налить воду в количестве, равном весу набухшего риса.

Как только рис впитает воду, котел закрыть крышкой и довести до готовности (20–25 минут).

Палов тонтарма (из прожаренного риса)

- *200 г баранины*
- *240 г риса*
- *200 г моркови*
- *160 г репчатого лука*
- *100 г топленого масла*
- *6 г пряной смеси*
- *соль*

Рис тщательно перебрать и прожарить до приобретения красноватого цвета на топленом масле.

Баранину нарезать кусочками по 10–15 г и обжарить в чугунном казане в сильно разогретом жире до образования румяной корочки, затем добавить нарезанные соломкой лук и морковь и жарить все вместе. Затем влить горячую воду и припустить на слабом огне до готовности. Засыпать жареный рис.

Плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности (20–25 минут).

Плов по-самаркандски

- *200 г риса*
- *100 г мяса*
- *50 г сала*
- *200 г моркови*
- *30 г лука*
- *соль*
- *специи*

В раскаленном жире обжарить ломтики мяса до румяной корочки, положить кольца лука и продолжать жарить до образования слегка коричневого цвета.

Затем ровным слоем выложить нашинкованную соломкой морковь и залить водой до уровня содержимого казана, а когда закипит, заправить солью и специями (кумин, барбарис, молотый или стручковый перец) и варить на медленном огне до смягчения моркови.

После чего положить ровным слоем промытый рис, залить водой так, чтобы она выступала над уровнем риса на 2 см.

Довести до кипения и после испарения влаги осторожно перелопатить шумовкой рисовый слой, не перемешивая с морковью.

Когда рис набухнет, убавить огонь и накрыть на 10–15 минут. По истечении этого срока снова перелопатить рисовый слой, накрыть и довести до полной готовности на собственном пару еще в течение 10–15 минут.

Готовый плов не перемешивать, уложить на блюдо горкой, сначала рисовый слой, а сверху – морковь с мясом, или на одну часть блюда кладут готовый рис, а на другую – морковь с мясом.

Отдельно подать уксус и воду.

Плов из замоченного риса

- *200 г риса*
- *75 г мяса*
- *40 г жира*
- *150 г моркови*
- *40 г лука*
- *соль*
- *специи*

Перебранный и промытый в 3–4 водах рис замочить в подсоленной горячей воде за 2 часа до приготовления плова. Сало нарезать ломтиками по 5–6 г, а мясо – кусочками по 10–15 г, как на шашлык, или кусками по 100–150 г, перед подачей измельчить на более мелкие кусочки.

Лук нашинковать кольцами, а очищенную морковь промыть в холодной воде и нарезать соломкой, примерно как спичечные палочки.

В раскаленный жир, предварительно сняв шкварки, положить кусочки мяса, часто перемешивая, обжарить до слабой корочки так, чтобы оно не потеряло сочность, положить лук и жарить до полуготовности. Затем ровным слоем выложить соломки моркови и, не перемешивая, сразу залить водой до уровня содержимого казана и тушить на умеренном огне в течение 50–60 минут.

Заправить солью и специями и по готовности зирвака положить рис, разровнять и залить водой на уровне рисового слоя, усилить пламя и довести до бурного кипения.

Время от времени перемешивать рисовый слой ложкой или шумовкой так, чтобы рис доходил до равномерного набухания, если есть необходимость, долить немного горячей воды, посолить.

Когда вся влага испарится и рис достаточно набухнет, собрать рис горкой к середине казана и накрыть на 20–25 минут, убавить огонь.

Перед подачей на стол плов перемешать, выложить горкой на блюдо, отдельно подать салат.

* * *

Приготовление свадебного или для большого количества людей плова – дело очень сложное и ответственное, поэтому им занимаются только мужчины и потомственные плововары. Обучение проводится в течение 4–5 лет, исключительно кустарным путем передачи опыта от старшего поколения к младшему.

Каждое поселение, жилые массивы, кварталы и махалля имеют своего искусного плововара. А чтобы заслужить почет и уважение народа, молодой плововар обязан вести чистоплотный образ жизни, десятилетиями честно и добросовестно обслуживать нанимателей. Стоит лишь один раз испортить плов или своими малейшими неподобающими поступками вызвать нарекания публики, он теряет авторитет и сам, без давления со стороны должен попрощаться с этой специальностью.

Каватор палов (плов с голубцами из виноградных листьев)

- *130 г баранины или говядины*
- *250 г риса*
- *100 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *70 г жира*
- *пряная смесь*
- *соль*

Для голубцов:

- *130 г баранины или говядины*
- *110 г репчатого лука*
- *виноградные листья*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Приготовить фарш. Молодые виноградные листья помыть холодной водой. На каждый листок положить 5–10 г приготовленного фарша и сделать маленькие голубцы.

Готовые голубцы нанизать на нитку, положить в отдельную посуду с водой и прокипятить.

Этот плов приготовить так же, как плов по-ферганси, только перед закладкой риса в зирвак положить голубцы и варить вместе с рисом.

Готовый плов выложить на сервировочное блюдо, сверху разложить голубцы.

Дулмали палов (плов с фаршированным сладким перцем)

- *200 г риса*
- *100 г мякоти мяса*
- *150 г лука (100 г на фарш)*
- *50 г жира*
- *110 г моркови*
- *1/4 яйца*
- *2 сладких перца желтого цвета*
- *соль*

У перцев срезать плодоножки, вытряхнуть семена, сполоснуть в холодной воде.

Жирную говядину (можно вместе с бараниной) пропустить через мясорубку, в фарш добавить лук, нашинкованный тонкими кольцами, соль и сырое яйцо. Все хорошенько перемешать, наполнить перец и отставить.

Сильно перекалить жир, обжарить в нем кольца лука и отделенные от мяса кости. Когда лук приобретет коричневую окраску, положить в казан морковь, нарезанную соломкой, и жарить, помешивая, до полуготовности.

После чего одним рядом уложить фаршированный перец, залить водой и варить на медленном огне до полуготовности, посолить.

Положить ровным слоем промытый рис, долить необходимое количество воды, усилить огонь и варить до полной готовности. Когда рис набухнет и станет мягким и рассыпчатым, плов собрать к середине казана, убрать с огня, накрыть миской на 20 минут.

Готовый плов уложить горкой на блюдо, а сверху и по бокам разложить голубцы.

Киймали палов

- *250 г риса*
- *125 г баранины или говядины*
- *75 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Мелко порубить мясо, заправить солью и специями, перемешать с нашинкованным луком. Из этого фарша сделать фрикадельки величиной с яблоко.

В раскаленном масле обжарить фрикадельки до румяной корочки, сложить в миску, накрыть и отставить.

Затем в масло положить лук, обжарить до золотисто-коричневого цвета, добавить морковь и продолжать варить плов обычным способом.

В кипящий зирвак перед закладкой риса опустить фрикадельки и доварить вместе с рисом.

Готовый плов тщательно перемешать, положить на блюдо, а фрикадельки разложить поверх плова и подать на стол.

Плов любительский

- *200 г риса*
- *200 г баранины или говядины*
- *50 г жира*
- *75 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*
- *250 г жира для фритюра*

Мясо отделить от костей, мякоть нарезать на кусочки величиной с горошину, пережарить во фритюре, отставить.

В сильно разогретом жире обжарить косточки, добавить лук, жарить до образования румяной корочки, потом положить морковь и продолжать жарить.

В зирвак добавить соль, специи, налить воды, дать закипеть, засыпать рис с ранее приготовленным мясом, после упарки влаги плов закрыть.

Перед подачей на стол плов перемешать.

Плов по-бухарски

- *180 г баранины*
- *240 г риса*
- *240 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *100 г изюма*
- *60 г жира*
- *6 г специй*
- *соль*

Баранину нарезать кусочками по 10–15 г и обжарить в чугунном казане в сильно разогретом жире до образования румяной корочки, затем добавить нарезанные соломкой лук и морковь и жарить все вместе.

Затем влить горячую воду и припустить зирвак на слабом огне до готовности.

Изюм тщательно промыть в теплой воде и добавить в зирвак в конце варки.

Положить промытый в теплой подсоленной воде рис, причем он должен находиться на поверхности зирвака.

После закладки риса и воды плов посолить, добавить специи и продолжать варить, пока вода не испарится, потом шумовкой собрать плов к середине горкой, проколоть в нескольких местах палочкой, плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности (2025 минут).

При подаче плов уложить горкой, а сверху положить кусочки мяса и посыпать нашинкованным луком.

Плов на морковном соке

- *200 г риса*
- *100 г курятины (мясо дичи)*
- *50 г лука*
- *50 мл растительного масла*
- *500 г моркови (100 г на плов, 400 г для сока)*
- *соль*
- *специи*

За 3–4 часа перебрать рис, промыть и замочить в горячей подсоленной воде. Свежую морковь вымыть, очистить, потереть на мелкой терке и отжать сок.

Перекалив растительное масло, обжарить лук и курятину, нарезанную на порционные куски. Положить морковь, нашинкованную соломкой, налить морковный сок на уровне содержимого казана и тушить на медленном огне до полуготовности, заправить солью и специями.

После чего положить промытый или замоченный рис, увеличить огонь, залить морковным соком несколько выше уровня рисового слоя и варить до полной готовности риса и испарения всей влаги.

Продолжительность упревания 20–25 минут.

Перед подачей на стол вынуть курятину, положить на верх плова, уложенного на блюдо горкой.

* * *

Нок пиёз – грушевидный сорт лука. Форма овальная с сужением в верхней части. Бледно-желтый, напоминает грушу. Съедобные внутренние чешуи светло-белого или слегка желтого цвета; очень сочные со сладким привкусом.

Для плова и салатов к нему хороший заменитель белого лука.

Сафаки палов по-самаркандски

- *340 г баранины*
- *240 г риса*
- *300 г моркови*
- *160 г репчатого лука*
- *100 г топленого масла*
- *молотый черный и красный перец*
- *соль*

Промытый рис положить в котел с подсоленной водой (на 1 кг риса 1 л воды), отварить.

Очищенную морковь варить целиком вместе с мясом.

Вареное мясо нарезать кусками, морковь – соломкой, добавить пассерованный репчатый лук, соль, молотый красный и черный перец и все перемешать.

При подаче положить сначала сваренный рис, полить его сильно разогретым маслом, сверху уложить мясо, морковь, лук, затем полить оставшимся маслом.

Плов по-ходжентски

- *150 г баранины*
- *виноградные листья*
- *50 г мяса для зирвака*
- *50 г репчатого лука*
- *5 зубчиков чеснока*
- *черный молотый перец*
- *15 г топленого сала для жарки*

Для плова:

- *100 г риса*
- *25 г топленого сала*
- *100 г моркови*
- *50 г репчатого лука*
- *1 г зиры*
- *5 г барбариса*
- *10 г зелени*
- *соль*

Баранину 2 раза провернуть через мясорубку вместе с чесноком и черным перцем.

Виноградные листья промыть в холодной воде, затем ошпарить кипятком, чтобы они стали более эластичными, и аккуратно завернуть в них приготовленный фарш.

Затем проткнуть каждый голубец в центре в месте соединения концов листа иголкой с ниткой и нанизать на нитку несколько голубцов, связывая их кольцом.

Подготовленные таким образом голубцы погрузить в готовый зирвак, где помимо измельченных лука и моркови обжарить также мелкие кубики мяса.

После погружения голубцов зирвак залить стакана воды, заправить пряностями, солью и тушить в течение 15–20 минут на медленном огне. Затем на голубцы положить предварительно перебранный и промытый холодной водой рис.

Выровнять все шумовкой (при необходимости добавить горячую воду). Когда вся жидкость выпарится, котел плотно закрыть крышкой.

Плов довести до готовности на медленном огне в течение 2530 минут.

При подаче плов уложить горкой, а сверху разложить голубцы и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Коскон палов (плов на пару)

- *200 г риса*
- *150 г мяса*
- *60 г жира*
- *100 г моркови*
- *50 г айвы*
- *30 г лука*
- *соль*

За 4 часа до приготовления плова промыть рис и замочить в подсоленной горячей воде.

Мясо (баранина, говядина) нарезать кусочками, как на шашлык, посыпать солью, кумином и кориандром. Морковь нашинковать соломкой, айву очистить от пушка, разделить пополам, удалить семена и поврежденные места, нарезать дольками шириной в 1 см.

Плов готовится в специальной паровой кастрюле для приготовления мантов с двумя отделениями (коскон).

В нижнее отделение налить воды, положить соль, поставить на огонь. В четырехъярусное верхнее отделение уложить продукты в таком порядке: на первый ярус кусочки мяса, на второй – дольки айвы, на третий – нашинкованную соломкой морковь, а на четвертый ярус постелить марлю и выложить подготовленный рис, закрыть крышкой и варить на пару в течение 1 часа.

Время от времени открывая крышку и ложкой перемешивая рис, сбрызгивать подсоленной водой.

В казане со сферическим дном растопить бараний жир (или топленое масло), спассеровать в нем кольца лука, затем соединить все продукты, дошедшие на пару (рис, айву, морковь и мясо), перемешать, уложить горкой на блюдо.

Шам-кебаб палов

- *400 г баранины*
- *1 луковица*
- *4 яйца*
- *600 г риса*
- *160 г топленого масла*
- *1 л мацони*
- *корица*
- *шафран*
- *соль по вкусу*

Мясо пропустить через мясорубку. Фарш обжарить с добавлением лука, заправить взбитыми яйцами и запечь в духовке. Откидной плов приготовить отдельно. При подаче уложить его горкой, сверху разложить фарш и полить маслом.

Отдельно подать мацони, смешанное с толченой корицей.

Аришта палов

• 900 г баранины
• 400 г риса
• 1–2 луковицы
• 120 мл растительного масла

Для аришты:

• 120 г пшеничной муки
• 1 яйцо
• соль по вкусу

Баранину нарезать на порционные куски, посолить и обжарить на сковороде в масле. Добавить спассерованный лук, немного бульона и тушить до готовности.

Из муки, воды и яйца с добавлением соли замесить крутое тесто – аришту. Слегка подсушить его и нарезать соломкой. Затем лапшу отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Рис отварить, смешать его с лапшой и полить маслом.

Подавать на тарелках, уложив на аришту плов, баранину и полив маслом.

Кавурма палов

• 1 кг молодой баранины
• 6–8 луковиц
• 2 граната
• 500 г свежей алычи
• 100 г изюма
• 400 г риса
• 100–150 г сливочного масла
• 100 мл воды
• 1 ст. ложка настоя шафрана

Для казмага (тонкий слой пресного теста):

• 1 1/2 стакана муки
• 1 яйцо
• 1 ст. ложка воды
• 25 г сливочного масла
• соль

Баранину нарезать небольшими кусками с косточками и обжарить в собственном жире (с добавлением 75 г сливочного масла) в сковороде на сильном огне.

Затем переложить все в казанок с толстыми стенками, добавить нарезанный крупными кубиками лук, сок граната, изюм, алычу, очищенную от косточек, кипяток и тушить на небольшом огне под крышкой в течение 3040 минут (или выдержать в духовке).

Рис приготовить отдельно. Сварить его до полуготовности, откинуть на дуршлаг и промыть холодной кипяченой водой. Затем выстлать дно и стенки казана казмагом и положить на него 1/2 отваренного риса, перемешанного с 1/2 нормы топленого масла. Разровнять эту смесь тонким слоем.

Поверх засыпать остальной рис, положить на него оставшееся масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно 30 минут.

Часть риса окрасить настоем шафрана. Для этого 1 ст. ложку растопленного сливочного масла смешать с 1 ч. ложкой крутого кипятка и в эту смесь влить настойку шафрана.

Кузикоринли палов (плов со сморчками)

- *200 г риса*
- *400 г сморчков*
- *75 г сливочного масла*
- *60 г бараньего сала*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*
- *специи*
- *редис*
- *растительное масло*
- *зелень петрушки*

Перед приготовлением плова сморчки рассортировать, у более мелких (с грецкий орех или с куриное яйцо) экземпляров срезать только пеньки, а более крупные нарезать ломтиками.

Промыть грибы сначала в холодной воде, затем сбланшировать, окунув в крутой кипяток на 1–2 минуты.

Откинуть в дуршлаг и дать полностью стечь воде. Растопить сливочное масло или перекалить баранье сало, вынуть шкварки.

Спассеровать в нем измельченный репчатый лук, опустить подготовленные грибы и жарить до уменьшения объема примерно в два раза.

После этого положить морковь, нарезанную мелкой соломкой, залить водой.

После закипания заправить кушанье солью и специями по вкусу.

Когда морковь сварится до полуготовности, засыпать перебранный и предварительно вымытый рис, налить необходимое количество воды и варить, как указано в других вариантах плова.

Затем плотно накрыть крышкой на 20 минут.

Готовый плов аккуратно перемешать, переложить горкой на блюдо и подать с салатом из редиски.

Для приготовления салата редис вымыть и почистить. После этого нарезать его мелкими ломтиками, заправить растительным маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Сабза-кавурма палов

- *1 кг баранины*
- *600 г риса*
- *200 г топленого масла*
- *3–4 луковицы*
- *1 г лимонной кислоты*
- *1 ст. ложка настоя шафрана*
- *50 мл сока недозрелого винограда*
- *зелень (кинза, укроп)*
- *корица*
- *черный молотый перец по вкусу*
- *соль*

Мякоть баранины нарезать на кусочки весом 35–40 г, посолить, поперчить и обжарить в масле на раскаленной сковороде.

Затем добавить сок, спассерованный лук и зелень. Тушить до готовности.

Из риса приготовить откидной плов, часть которого окрасить настоем шафрана.

При подаче на сервировочную тарелку горкой положить белый рис.

Сверху посыпать подкрашенным, сбоку уложить баранину, полить маслом и посыпать корицей.

* * *

Маш – это мелкие семена коричневого, а иногда темно-зеленого цвета азиатского сорта бобового растения. Своим белково-крахмальным составом и вкусовыми качествами не уступает нухоту. Очевидно, это и послужило причиной использования маша в плове в качестве заменителя гороха.

Плов по-бухарски

- *180 г баранины*
- *240 г риса*
- *240 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *100 г изюма (желательно без косточек)*
- *60 г жира*
- *6 г специй*
- *соль*

Баранину нарезать кусочками по 10–15 г и обжарить в чугунном казане в сильно разогретом жире до образования румяной корочки.

Затем добавить очищенные и нарезанные мелкой соломкой лук и морковь и жарить все вместе.

Затем влить горячую воду и припустить зирвак на слабом огне до готовности. Изюм тщательно промыть в теплой воде и добавить в зирвак в конце варки. Положить промытый в теплой подсоленной воде рис, причем он должен находиться на поверхности зирвака.

После закладки риса и воды плов посолить, добавить специи и продолжать варить, пока вода не испарится. Потом шумовкой собрать плов к середине горкой, проколоть в нескольких местах палочкой, плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности в течение 20–25 минут.

Перед подачей на стол плов уложить горкой на сервировочное блюдо, а сверху положить кусочки мяса и посыпать мелко нашинкованным репчатым луком.

Ивиртма палов (плов с горохом)

- *130 г баранины или говядины*
- *250 г риса*
- *50 г гороха*
- *100 г моркови*
- *110 г репчатого лука*
- *70 г жира*
- *пряная смесь*
- *соль*

Рис промыть 3–4 раза в холодной воде и замочить в горячей воде на 30–40 минут. Горох замочить в холодной воде не менее чем на 12 часов.

В перекаленном жире пережарить мясо и лук, добавить нарезанную мелкими кубиками морковь, после чего тушить зирвак еще 10–15 минут.

Затем налить воду, положить подготовленный горох, пряности и варить 25 минут.

Только после этого посолить и засыпать рис. Поскольку рис был предварительно замочен, воды в плов налить несколько меньше, чем обычно, и варить на сильном огне.

Когда вся вода испарится, котел плотно накрыть крышкой и оставить на 20–25 минут для упревания.

Мошли палов (плов с машем)

- *150 г риса*
- *50 г маша*
- *50 г мяса (мякоти)*
- *55 г жира*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*
- *специи*

За сутки до приготовления плова промыть и замочить в холодной воде маш. Перекалить жир, спассеровать в нем лук, положить мясо, нарезанное очень маленькими кусочками, морковь, нашинкованную мелкими кубиками.

Все жарить до полуготовности. Затем залить водой на уровне содержимого казана, тушить продукты на медленном огне в течение 30–35 минут.

Подготовленный маш смешать с промытым рисом и по готовности зирвака засыпать ровным слоем, залить необходимым количеством воды и варить при сильном кипении до набухания риса и маша, посолить, добавить специи.

Затем плов накрыть крышкой на 30 минут.

По готовности смешать в казане, переложить плов горкой на блюдо и подать на стол с любым салатом.

Лоби-чилов палов

- *1 кг баранины*
- *400 г риса*
- *200 г белой фасоли*
- *1 луковица*
- *200 мл растительного масла*
- *150–160 г кишмиша (изюм без косточек)*
- *1 ст. ложка настоя шафрана*
- *корица*
- *молотый перец*
- *соль по вкусу*

Баранину (лучше корейку) нарезать по 2–3 куска на порцию, обжарить на сковороде в масле с добавлением репчатого лука, полить бульоном, положить перец, соль, настой шафрана и тушить до готовности.

Предварительно замоченный рис отварить в кипящей подсоленной воде до полуготовности и откинуть на дуршлаг.

Белую фасоль отварить отдельно, затем смешать ее с рисом.

На дно кастрюли положить лаваш, масло, влить настой шафрана, прокипятить и насыпать слой риса для образования казмача (корочки).

После этого положить слой риса с фасолью, сверху полить настоем шафрана и маслом, закрыть крышкой, поставить на слабый огонь и довести до готовности.

Отдельно на масле припустить кишмиш.

Подавать блюдо, полив маслом и посыпав корицей.

* * *

Ок, тухум пиёз – белый яйцевидный сорт лука. Наиболее ценен для плова; очень едкий, сочный; хорошо сохраняется всю зиму. Форма луковиц овальная, цвет белый, очень напоминает куриное яйцо. Верхняя сухая чешуя тоньше папиросной бумаги; внутренние сочные чешуи также нежные, но обладают острым жгучим вкусом.

При нарезке образуются красивые кольца. Используется также для приготовления салата к плову.

Плов с казы

- *250 г риса*
- *125 г казы*
- *65 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Плов с казы готовить так же, как плов по-узбекски. Только вместо мяса положить казы.

Казы отварить отдельно в кастрюле. За 20–25 минут до закладки риса в зирвак положить казы, потом засыпать рис.

При подаче на стол казы вынуть из плова, нарезать кружочками, плов перемешать, сложить горкой на блюдо, а казы положить поверх плова.

Хасипли палов (плов с домашней колбасой из сбоя)

- *200 г риса*
- *100 г колбасы (хасип)*
- *55 г жира*
- *150 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*
- *специи*

Баранью или говяжью кишку вывернуть наизнанку и несколько раз промыть в теплой воде с солью (при этом хорошо отходит слизистая оболочка).

Затем снова вывернуть, завязать один конец и набить полужидкой начинкой, приготовленной следующим образом: взять мякоть баранины, сердце, легкие, печень и селезенку в равном количестве, порубить, добавить в фарш мелко нашинкованный лук, сырое яйцо, посыпать солью, специями (зира, черный молотый перец), залить теплой водой так, чтобы начинка получилась полужидкой, в открытый конец кишечника вдеть воронку и через нее наполнить начинкой, туго завязать.

В казане с шарообразным дном перекалить растительное масло, спассеровать лук, затем морковь. После чего над морковным слоем положить серпантином подготовленную колбасу и сразу залить горячей водой так, чтобы слегка покрыла содержимое казана. Варить на очень медленном огне в течение 1 часа.

Чтобы не потрескалась, после закипания сделать в нескольких местах колбасы наколы иглой, тогда фонтаном забьет из них жидкость. По готовности зирвака добавить специи, соль и засыпать ровным слоем подготовленный рис, залить водой, варить на сильном огне до готовности. Накрыть на 20 минут.

Из готового плова осторожно вынуть колбасу, слегка охладить. Плов перемешать, уложить горкой на блюдо. Колбасу нарезать кружочками, положить сверху плова и по бокам.

Отдельно подать любой овощной салат.

Постдумба палов (плов с курдючной оболочкой)

- *200 г риса*
- *50 г курдючной оболочки*
- *40 мл растительного масла*
- *150 г моркови*
- *60 г лука*
- *соль*
- *специи*

Обработанную курдючную оболочку положить в кастрюлю и варить на умеренном огне до полуготовности (1 час).

В перекаленном растительном масле спассеровать лук, положить морковь, куски курдючной оболочки, нарезанной по 100–150 г и обжарить до золотистой корочки.

Залить смесь водой, заправить солью и специями (барбарис, кумин, молотый перец) и варить на очень медленном огне до полной готовности (40–50 минут).

Затем в зирвак положить промытый рис, долить воды, довести до бурного кипения. Когда испарится вся влага и рис дойдет до готовности, накрыть плов на 25–30 минут.

Перед подачей на стол вынуть курдючную оболочку, разрезать на мелкие ломтики, плов перемешать, уложить на круглое блюдо горкой, сверху положить ломтики курдючной оболочки.

Отдельно подать виноградный уксус или салат из кислого граната с луком.

Товук палов (плов с курицей)

- *250 г риса*
- *1/2 курицы*
- *75 г жира*
- *70 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Очистить курицу, хорошо промыть, нарезать на куски.

Поджарить лук, затем положить в котел куски курицы, хорошо обжарить.

В дальнейшем плов готовить, как плов по-узбекски.

Товук гуштли чалов (чалов с курятиной)

- *200 г риса*
- *100 г курятины*
- *60 г масла*
- *30 г лука*
- *200 г моркови*
- *1 пучок укропа*
- *соль*
- *специи*

Обработанную тушку курицы разделить на половинки или на четыре части, отварить.

В отдельной посуде растопить жир (лучше всего топленое масло, а из растительного – оливковое или подсолнечное), положить в него вареную курицу и обжарить до золотистой корочки вместе с луком.

Затем положить морковь, нарезанную соломкой, и сразу залить водой на уровне содержимого казана, сверху морковного слоя уложить слой веток укропа и варить до полуготовности моркови.

Перед закладкой риса заправить солью и специями. Положить ровным слоем промытый рис, залить бульоном, в котором варили курятину, и довести варку до готовности риса. Накрыть на 30–35 минут. Не размешивая, уложить на блюдо сначала рисовый слой, снять веточки укропа, затем положить морковный слой.

Мякоть курятины отделить от костей, выложить поверх плова, украсить вареными веточками укропа.

Джужда палов

- *2 цыпленка (по 400 г каждый)*
- *200 г риса*
- *60 г топленого масла*
- *1 ст. ложка изюма*
- *5–6 сушеных абрикосов*
- *шафран*
- *зелень*
- *соль по вкусу*

Обработать цыплят, промыть, разрубить на половинки, посолить и обжарить на сковороде в масле. Затем на 5 минут поместить тушки в духовку.

Приготовить откидной плов. Рис замочить на 5–6 часов в холодной воде, поместив в нее марлевый мешочек с солью.

Затем промыть крупу теплой водой, положить в кипящую подсоленную воду (на 1 кг риса – 6 л), отварить до полуготовности и откинуть на дуршлаг.

Подавать, выложив на тарелку подкрашенный и белый рис горками. Между ними поместить цыплят и припущенные в масле изюм и абрикосы.

Посыпать зеленью.

Картдумба палов (плов с курдючным салом)

- *200 г риса*
- *50 г курдючного сала*
- *40 мл растительного масла*
- *150 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*
- *специи*

Курдючное сало отварить отдельно, по готовности отделить от бульона, дать подсохнуть.

В другом казане перекалить растительное масло, положить куски вареного курдюка и обжарить до золотистой корочки, добавить лук, слегка спассеровать.

Затем положить нарезанную соломкой морковь, залить бульоном, в котором варили сало, и тушить до полуготовности моркови, заправить солью и специями.

По готовности зирвака положить промытый рис, добавить воду и довести плов до полной готовности. Время накрытия на упревание – 20–25 минут.

Перед подачей на стол осторожно, не перемешивая рисовый слой с морковным, вынуть куски курдюка, уложить на блюдо сначала рисовый слой, затем морковный, курдюк нарезать на мелкие кусочки и положить на горку плова.

Отдельно подать виноградный уксус или салат из редьки, политый кислым гранатовым соком.

Лакка баликли палов (плов с сомом)

• 200 г риса
• 100 г мякоти рыбы
• 50 мл растительного масла
• 100 г моркови
• 50 г лука
• 3–4 дольки чеснока
• соль
• специи

Для маринада:

• 1 кг мяса сома
• 1 крупная головка лука
• 8–10 долек чеснока
• 1 ч. ложка соли
• 1 ч. ложка душистого перца

Для обжарки рыбы:

• 300 мл растительного масла

Очищенную от внутренностей рыбу промыть в нескольких водах, нарезать на ломтики по 10–15 г, посыпать рубленым луком, чесноком, солью и молотым душистым перцем, поставить в прохладное место на 1–2 часа для маринования.

В перекаленном растительном масле обжарить кусочки рыбы до образования румяной корочки, снять дуршлагом и отставить.

В другом казане раскалить свежий жир, спассеровать в нем кольца лука вместе с чесночными дольками.

После чего положить морковь, нарезанную соломкой, сразу же залить водой на уровне содержимого казана и тушить в течение 25–30 минут.

По готовности зирвака заправить солью и специями, положить ровным слоем промытый рис и готовить плов, как указано в предыдущих рецептах.

Перед накрытием плова на упревание положить над рисовым слоем подготовленную рыбу, собрать рис горкой к середине казана, выключить огонь и накрыть на 20–25 минут.

Перед подачей на стол плов смешать, уложить на блюдо, отдельно подать салат из свежих овощей.

* * *

В Узбекистане существует два метода подачи плова на стол. Один в Ташкенте и во всей Ферганской долине: перед тем как положить на блюдо, плов хорошенько размешивают шумовкой в котле так, чтобы все компоненты, входящие в его состав, распределились равномерно. Знающие толк люди рассказывают, что при таком методе отчетливо выявляется вкус плова. Другой – в Самарканде, Бухаре и окружающих местностях: плов не размешивают в котле, а кладут на блюдо сначала рисовый слой, затем сверху морковь с мясом.

Этот метод также имеет свое оправдание: человек, которому по состоянию здоровья нельзя есть какой-либо компонент плова, может отведать то, что ему можно, – отдельно рис, мясо или морковь.

Кук гуруч палов (плов с фазаньей грудкой из зеленого риса)

- *500 г зеленого риса*
- *1 фазанья грудка*
- *175 г жира*
- *150 г репчатого лука*
- *250 г моркови*
- *соль*
- *специи*

Для маринада:

- *1 ст. ложка виноградного уксуса*
- *1/2 ч. ложки зиры*
- *черный или красный молотый перец*
- *соль*

За день до приготовления плова замариновать фазаньи грудки. Для этого мелко нашинкованный лук заправить зирой, зирком, черным молотым перцем и солью.

Приготовленную смесь положить вместе с грудкой в кастрюлю, сверху полить виноградным уксусом и дать постоять.

Этот плов готовят из зеленого риса (рис нового урожая специального ручного обмолота). Рис промыть и замочить в теплой воде. В котле перекалить льняное или любое другое масло. Сначала пережарить лук, затем положить фазаньи грудки и жарить их вместе с морковью, помешивая все время шумовкой. После этого засыпать рис, долить воды и закрыть крышкой. Мелко порубить мясо, заправить солью и специями, перемешать с нашинкованным луком. Из фарша сделать фрикадельки величиной с яблоко.

В раскаленном масле обжарить фрикадельки до появления румяной корочки, сложить в миску, накрыть и отставить.

Затем в масло положить лук, обжарить до золотисто-коричневого цвета, добавить морковь и продолжать варить плов обычным способом.

В кипящий зирвак перед закладкой риса опустить фрикадельки и доварить с рисом.

Готовый плов перемешать, положить на блюдо, а фрикадельки разложить поверх плова.

* * *

Одной из особенностей узбекского плова является то, что его нельзя приготовить без моркови. Однако количество закладываемой моркови зависит от разновидности блюда и составляет в одном случае 50% по отношению к рису, в другом – равное количество, в третьем – вдвое превышает количество риса. Морковь увеличивает объем готового блюда, способствует повышению припека риса, лучшему доведению до готовности мяса и, конечно, обогащению плова витаминами и минеральными веществами.

Плов на льняном масле с яйцами

- *250 г риса*
- *75 г льняного масла*
- *4 яйца*
- *70 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *зира*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Льняное или кунжутное масло перекалить на умеренном огне в течение 1 часа, пока оно не перестанет пениться и не приобретет ярко-красный цвет.

После этого пережарить в нем лук. Затем доварить морковь, нарезанную соломкой, перемешать несколько раз и залить водой, дать закипеть.

Заправить специями и половинной нормой соли. Когда морковь сварится, положить рис, а в него круто сваренные очищенные яйца.

Перед подачей на стол вынуть яйца из котла, нарезать кружочками и уложить поверх плова.

Яйца можно положить в плов и сырыми.

Для этого, когда выпарится вода, в рисе при помощи ложки сделать лунки.

В каждую лунку вылить по одному яйцу, накрыть тарелкой на 20–25 минут.

Плов по-бухарски без мяса

- *200 г риса*
- *80 мл растительного масла*
- *100 г репчатого лука*
- *200 г моркови*
- *100 г изюма*
- *20 г зелени петрушки*
- *соль*

Морковь, репчатый лук нарезать соломкой и пассеровать в растительном масле до полуготовности.

Засыпать в посуду предварительно замоченный в холодной подсоленной воде рис, изюм, добавить пассерованные коренья, зелень петрушки, залить горячей водой, перемешать.

Варить при закрытой крышке на слабом огне до готовности.

Плов с фаршированными перепелками

- *250 г риса*
- *3 перепелки*
- *150 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *80 г жира*
- *пряная смесь*
- *соль*

Для фарша:

- *100 г баранины*
- *курдючное сало*
- *1/3 яйца*
- *80 г репчатого лука*
- *черный молотый перец*
- *зира*
- *зирак*
- *соль*

Ошпарить кипятком перепелок и очистить. Затем тщательно промыть холодной водой, обсушить салфеткой.

Приготовить фарш из баранины, с добавлением курдючного сала, лука и специй. Зафаршировать перепелок.

В сильно разогретом жире пережарить лук, морковь, затем положить перепелок, залить водой и варить на слабом огне.

Добавить в зирвак соли и специй. После закладки риса в зирвак, плов продолжать варить обычным способом.

Перед подачей на стол осторожно вынуть перепелок из котла, положить в отдельную посуду, а плов перемешать, уложить на блюдо.

Поверх плова положить перепелок.

Помидор палов (плов с яичницей в помидорах)

- *200 г риса*
- *50 г мяса*
- *50 г масла (сала)*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *1 помидор*
- *1 яйцо*
- *соль*
- *специи*

Перетопить жир, обжарить лук и мясо до золотистой корочки, положить морковь, жарить до полуготовности, залить водой и дать закипеть, заправить солью и специями и тушить на медленном огне 50–60 минут.

Помидоры промыть холодной водой, срезать донце и осторожно, не повреждая кожицы, вынуть сердцевину вместе с семенами.

Образовавшиеся помидорные «чашечки» посыпать мелкой солью и положить их открытой стороной вниз в тарелку, чтобы полностью стек сок.

По готовности зирвака положить промытый рис, довести плов до полной готовности. Перед накрытием разровнять рисовый слой и при помощи ложки сделать лунки. В каждую лунку поместить приготовленные помидорные «чашечки», влить в них по сырому яйцу, слегка посыпать солью и молотым (красным, черным) перцем. После чего плотно накрыть миской, убрать с огня и выдержать 25 минут.

По готовности осторожно снять помидоры с яйцом, плов перемешать, уложить горкой на блюдо, сверху и по бокам горки положить яичницу в помидорах и подать на стол.

Плов с цыпленком

- *1 цыпленок*
- *400 г риса*
- *120 г топленого масла*
- *4 яйца*
- *4–5 луковиц*
- *бульон*
- *лимонная кислота*
- *шафран*
- *корица*
- *укроп*
- *соль по вкусу*

Цыпленка разрубить на куски весом 35–45 г, посолить и обжарить в масле на сковороде.

После этого добавить небольшое количество бульона, пассерованный лук, лимонную кислоту, настой шафрана и довести до готовности. Затем залить мясо взбитыми яйцами с укропом и запекать в духовке.

Из риса приготовить откидной плов, часть которого окрасить настоем шафрана.

При подаче на тарелку горкой выложить белый рис, поверх – окрашенный.

Разложить чихиртму, полить маслом, посыпать корицей и зеленью.

* * *

Кизил шолгом пиёз – розовый репчатый сорт лука. По форме и цвету действительно напоминает красную репу. Съедобные чешуи по сравнению с белым луком толще, очень сочные; вкус острый, со сладковатым привкусом. Попадаются экземпляры бледно-желтого цвета или белые со слабым фиолетовым оттенком. Отдельные луковицы белого цвета с желтым оттенком.

Для плова нарезается очень тонкими кольцами и полукольцами, относительно дольше жарится. Придает плову хороший вкус и красивый цвет.

Салаты к плову

Вкусно угощенье рядом с угощающим

Узбекская пословица

В узбекской кухне салаты из свежих и маринованных овощей, фруктов и ягод являются обязательным дополнением к основному блюду. Салаты обогащают основное блюдо витаминами, минеральными солями, различными органическими кислотами, фитонцидами, эфирными маслами и другими полезными веществами. Кроме того, во многих случаях они смягчают жирность основного блюда и способствуют лучшему его усвоению. Подаются они на стол отдельно или вместе с основным блюдом.

Салаты могут быть сложными – состоящими из нескольких компонентов – или простыми: из одного продукта с добавлением (и без добавления) специй и соков отдельных овощей или ягод.

При приготовлении заправок для салатов узбеки используют красный стручковый перец, молотый красный или черный перец, уксус из недозрелого винограда, томатную пасту, сметану.

Свежие огурцы, помидоры, мелкую морковь и другие овощи узбекские повара не очищают от кожуры, так как они богаты витаминами, – их лишь тщательно моют перед употреблением.

К плову полагается подавать салат «Аччик-чучук». Состоит он из тонко нарезанных помидоров и репчатого лука, приправленных базиликом и жгучим перцем.

Впрочем, салат этот настоятельно рекомендуется заказывать ко всем горячим и жирным блюдам.

Раскроем небольшой секрет: нужно нарезать тончайшими прозрачными ломтиками, причем лук нужно как следует размять руками, чтобы он пустил сок.

Из мясных закусок в Узбекистане популярна простая холодная закуска из печени и курдючного сала – думба жигар. К деликатесным можно отнести и домашнюю колбасу хасип, которую делают из баранины и субпродуктов.

Салат из помидоров с редиской

- *250 г свежих помидоров*
- *100 г редиски*
- *30 г зелени кинзы или укропа*
- *черный или красный молотый перец*
- *соль*

Редиску промыть в теплой воде и, не снимая кожуры, нашинковать соломкой. Помидоры нарезать дольками, соединить с нашинкованной редиской, заправить солью и перцем.

Уложить в салатницу горкой, сверху посыпать рубленой зеленью кинзы или укропа.

Салат из помидоров с огурцами «Шакароб»

- *250 г свежих помидоров*
- *100 г репчатого лука*
- *100 г свежих огурцов*
- *соль*
- *перец*

Репчатый лук нарезать тонкими кольцами. Помидоры вымыть и нарезать ломтиками или дольками.

Промытые огурцы очистить от кожицы и нарезать по усмотрению соломкой, кубиками, кольцами. Соединить все овощи, посыпать солью, молотым перцем и рубленой зеленью, перемешать.

При подаче на стол горкой положить в салатницу или на тарелку, вырезать из одного помидора «тюльпан», положить сверху салата, оформить кольцами лука и огурца.

Салат из помидоров со сладким перцем

- *250 г свежих помидоров*
- *2 сладких перца желтой и зеленой окраски*
- *25 г зеленого лука*
- *20 г зелени чеснока*
- *соль*

У перца снять плодоножку, вытряхнуть семена, промыть в холодной воде и тонко нашинковать или порубить.

Помидоры нарезать кружочками. Зеленый лук и зелень чеснока промыть, мелко нарезать.

Соединить все продукты, заправить солью. Уложить горкой в салатницу, оформить кружочками сладкого перца, помидора и зеленым луком.

Салат «Ташкент»

- *500 г редьки*
- *150 г отварной говядины*
- *2 головки репчатого лука*
- *100 г сметаны или майонеза*
- *2 яйца*
- *30 г зелени для оформления*
- *30 г салатного масла*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Разогреть салатное масло, спассеровать в нем лук, охладить до комнатной температуры. Редьку нашинковать тонкой соломкой, промыть в теплой воде для удаления горечи. Затем откинуть в дуршлаг, дать стечь воде.

Мясо нарезать соломкой, соединить с редькой, заправить солью и перцем, добавить пассерованный лук и все перемешать.

При подаче на стол уложить в салатницу, полить сметаной или майонезом, посыпать рубленой зеленью и украсить дольками вареных яиц.

Салат из редьки с гранатовыми зернами

• *1 редька*
• *1 кислый гранат*

Выбрать сочную редьку, очистить от кожицы, прополоснуть и нашинковать очень тонкой соломкой, обдать кипятком и охладить на воздухе.

Гранат разделить пополам, из одной части зерен выжать сок, а другую – смешать с нарезанной редькой. Уложить в салатницу горкой.

Из лука вырезать «розетку», наполнить гранатовыми зернами и поставить на горку салата. Непосредственно перед подачей на стол полить салат приготовленным соком граната.

* * *

Куп ярусли – многоярусный сорт лука. Луковицы исключительно белого цвета, но не имеют определенной формы. На одном корневище располагается несколько ярусов (как чесночные дольки), но гитаровидной формы разной величины. При шинковке образует полукольца. Обладает очень хорошим вкусом, со средней едкостью. Используется в основном на салаты.

Салат из редьки с сыром

• *2 редьки*
• *200 г сыра*

Очищенную редьку нарезать крупной соломкой, обдать кипятком, дать стечь влаге. Сыр нарезать, как и редьку, соединить оба продукта, уложить в салатницу.

Подается к плову, приготовленному без мяса.

Салат из редьки с миндалем

• *1 крупная редька*
• *100 г ядрышек миндаля*

Редьку зеленого цвета очистить и нашинковать тонкой соломкой, обдать кипятком и откинуть в дуршлаг. Дать стечь воде и нашинковать соломкой. Ядрышки миндаля истолочь в ступке или пропустить через мясорубку.

Редьку смешать с миндалем, уложить в салатницу.

Салат из маргиланской редьки

- *1 крупная маргиланская редька*
- *1 морковь средней величины*
- *2 головки репчатого лука*
- *1 ст. ложка виноградного уксуса*
- *соль*
- *перец*

Редьку очистить от кожуры, промыть и нашинковать тонкой соломкой. Лук нарезать кольцами, а морковь натереть на овощетерке.

Все овощи соединить, посыпать солью, молотым перцем, хорошенько перемешать, уложить в салатницу, сбрызнуть виноградным уксусом, оформить кольцами лука и треугольниками, ромбиками и другими фигурами, вырезанными гофрированным ножом из редьки и моркови.

Салат из редьки

- *2–3 редьки*
- *1 головка репчатого лука*
- *30 г петрушки*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки уксуса*
- *соль*
- *перец*

Редьку натереть на крупной терке и обдать кипятком. Лук и зелень мелко нарезать, смешать с редькой. Заправить салат маслом, уксусом, солью и перцем, перемешать и выложить в салатницу.

Готовое блюдо подать к столу, украсив веточкой петрушки.

Салат из редиса

- *1 пучок редиса*
- *1 пучок зеленого лука*
- *1/2 пучка кинзы*
- *1/2 пучка укропа*
- *1/2 пучка зелени чеснока*
- *виноградный уксус*
- *соль*
- *перец*

Очистить редис. Нашинковать его тонкой соломкой. Зелень кинзы, укропа, зеленого лука, чеснока перебрать, промыть и мелко нарезать. Соединить все продукты, посыпать солью и молотым перцем.

Перед подачей сбрызнуть виноградным уксусом.

Салат из редьки «Сай»

- *1 редька*
- *1 головка репчатого лука*
- *2–3 дольки чеснока*
- *1 ч. ложка виноградного уксуса*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *соль*
- *перец*

Очищенную и промытую редьку нашинковать тонкой соломкой, а лук – кольцами и полукольцами, порубить чесночные дольки.

Соединить все продукты, заправить солью, перцем и уксусом. Уложить в салатницу и сверху полить салатным маслом.

Украсить зеленью и фигурками из редьки.

Салат из редиски с зеленью

- *1 пучок редиски*
- *1 пучок зеленого лука*
- *по 1/2 пучка кинзы, укропа и зелени чеснока*
- *соль*
- *перец*

Срезав у редиски ботву и кончики, хорошенько промыть в проточной воде и нашинковать тонкой соломкой.

Перебранную и промытую зелень кинзы, укропа, зеленого лука, чеснока мелко нарезать, соединить все продукты, посыпать солью и молотым перцем.

Уложить в салатницу, оформить по усмотрению, перед подачей на стол сбрызнуть виноградным уксусом.

Салат из редиса со сметаной

- *2 пучка редиски разной окраски*
- *70 г репчатого лука*
- *1 пучок зеленого лука*
- *1/2 пучка кинзы*
- *1/2 пучка укропа*
- *1/2 пучка петрушки*
- *250 г сметаны*
- *соль*
- *перец*

Редис очистить от зелени, обдать кипятком, промыть в холодной воде, затем нарезать тонкими кружочками или нашинковать соломкой. Репчатый лук нашинковать тонкими кольцами. Зелень порубить.

Соединить все продукты, заправить сметаной, посыпать солью и молотым перцем.

Салат «Гулистон»

- *250 г мякоти курицы*
- *500 г редьки*
- *250 г отварной айвы*
- *100 г зеленого горошка*
- *2 яйца*
- *100 г майонеза*
- *20 г зелени*
- *35 г репчатого лука*
- *10 мл растительного масла*
- *соль*
- *перец*

Редьку нарезать соломкой, замочить в холодной воде на 10–15 минут, затем воду слить.

Подготовленную редьку соединить с нарезанным соломкой и пассерованным на сале луком, нарезанной соломкой отварной куриной мякотью, добавить нарезанную ломтиками отварную айву, зеленый горошек, заправить солью, перцем, частью майонеза и все перемешать.

При подаче уложить в салатник горкой, оформить дольками вареных яиц, кусочками вареной курицы, ломтиками айвы, зеленью, полить оставшимся майонезом.

Чалоп

- *2 огурца*
- *8 редисок*
- *35 г укропа*
- *35 г петрушки*
- *25 г зеленого лука*
- *4 стакана кислого молока*
- *8 стаканов холодной кипяченой воды*
- *соль*
- *перец красный молотый*

Овощи и зелень помыть и мелко нарезать.

Кислое молоко развести водой, добавить овощи, перемешать, посолить и поперчить. Затем охладить и подать к столу.

Салат из лука с гранатом

• *2 головки репчатого лука*
• *1 гранат*
• *соль*

Лук измельчить, ошпарить, посолить. Из половины гранатовых зерен отжать сок.

Другую половину зерен смешать с подготовленным луком, заправить соком.

Салат «Бахор»

- *200 г баранины или говядины*
- *120 г свежих помидоров*
- *100 г свежих огурцов*
- *1 головка репчатого лука или 30 г зеленого лука*
- *4 зубчика чеснока*
- *2 яйца*
- *укроп*
- *кинза*
- *уксус*
- *20 мл растительного масла*
- *соль*

Подготовленные огурцы, помидоры и отварное мясо нарезать тонкой соломкой. Лук зеленый или лук репчатый нашинковать, чеснок и зелень мелко порубить.

Нарезанные овощи, зелень, мясо перемешать, заправить солью, перцем, чесноком, маслом, уксусом.

При подаче салат уложить горкой в салатницу, украсить дольками яиц, кусочками отварного мяса, зеленью.

Салат «Фантазия»

- *2–3 кочерыжки капусты*
- *50 г капустных листьев*
- *2 редьки*
- *2 моркови*
- *3 головки репчатого лука*
- *5 ст. ложек томатной пасты*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1 головка чеснока*
- *виноградный уксус*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Кочерыжки и листья капусты нарезать соломкой, заправить солью. Нарезанный тонкими кольцами лук смешать с красным перцем и капустой.

Заправить редькой и морковью, натертыми на терке, сложить в посуду, добавить томатную пасту, перекаленное и охлажденное хлопковое масло. Можно добавить виноградный уксус, а также мелко нарезанный чеснок.

Салат переложить в салатник, украсить кружочками лука и редьки.

Салат «Зарафшан»

- *500 г мяса курицы*
- *140 г картофеля*
- *2 яйца*
- *40 г свежих помидоров*
- *40 г свежих огурцов*
- *зелень кинзы*
- *зелень сельдерея*
- *25 г зеленого лука*
- *120 г майонеза*

Для салата используют отварную мякоть курицы без кожи.

Мелко нарезанный тонкой соломкой картофель отварить в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут, затем промыть холодной кипяченой водой.

Часть куриной мякоти и яйцо нарезать мелкой соломкой, соединить с готовым картофелем, заправить солью, перцем, майонезом и перемешать.

При подаче уложить горкой в салатницу, украсить оставшимися куриным филе, помидорами, огурцами, зеленью и зеленым луком.

Салат «Навруз»

- *200 г редиса или свежих огурцов*
- *1 вареное яйцо*
- *50 г зеленого лука*
- *25 г укропа*
- *35 г зелени кинзы*
- *2 листочка салата латука*
- *225 г сыра*
- *200 г сметаны*

Подготовленные редис или огурцы, вареное яйцо, салат латук нарезать мелкой соломкой, зеленый лук нашинковать, зелень мелко нарезать, все смешать вместе со специями и солью и заправить частью сметаны.

При подаче полить оставшейся сметаной и посыпать тертым сыром.

Салат «Чимчик тили»

- *2 соленых или маринованных огурца*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 ст. ложка масла*
- *красный молотый перец по вкусу*
- *подсолнечное или хлопковое масло*

Огурцы и лук мелко нарезать кубиками (с горошину), заправить черным или красным перцем, перемешать.

Полить салат перекаленным и охлажденным подсолнечным или хлопковым маслом.

* * *

У красного редиса, предназначенного для салата, обрезают только ботву и хвостики, а у белого снимают кожицу.

Морковь будет легко чиститься, если перед этим ее обдать горячей водой и протереть тряпкой.

Салат из зелени с сузьмой

- *500 г сузьмы*
- *2 пучка зеленого лука*
- *1/2 пучка зелени кинзы*
- *1/2 пучка укропа*
- *веточка базилика*
- *1 головка лука*
- *1 огурец*
- *соль*
- *пряности*

Вымыть в холодной воде молодой зеленый лук, зелень базилика, кинзы и укропа и мелко нашинковать.

Тщательно растереть сузьму и разбавить кипяченой охлажденной водой до густоты сметаны. Добавить немного соли, молотого тмина, перца.

Приготовленную зелень смешать с сузьмой и уложить в салатник.

Можно добавить огурцы.

Салат «Чакка»

- *500 г сузьмы*
- *25 г зеленого лука*
- *25 г кинзы*
- *25 г укропа*
- *соль*
- *перец*

Сузьму тщательно протереть, зелень и зеленый лук измельчить, смешать с сузьмой.

Перед подачей на стол приправить солью и перцем.

Салат из ревеня

- *5 веточек ревеня*
- *1 пучок редиски*
- *1/2 пучка зеленого лука*
- *4 ст. ложки сметаны*
- *соль по вкусу*

Ревень помыть, снять кожицу и нарезать кубиками в 1 см.

Очищенный зеленый лук нарезать покрупнее, все перемешать.

Добавить нарезанную кубиками редиску, заправить сметаной, посыпать солью.

Помидоры быстросоленые

- *500 г помидоров*
- *5 г чеснока*
- *40 г репчатого лука*
- *20 мл растительного масла*
- *15 г зелени (кинза, укроп, петрушка)*
- *соль*

Спелые помидоры вымыть, дать стечь воде. Каждый помидор разрезать, не разделяя, на половинки, срез обильно посыпать солью.

Из чеснока, зелени кинзы, укропа и петрушки приготовить фарш (порубить или пропустить через мясорубку).

В перекаленном растительном масле обжарить нарезанный кольцами лук, охладить и смешать с зеленым фаршем.

Полученной смесью густо намазать срезы помидоров.

Затем уложить помидоры в эмалированную кастрюлю, сначала крупные, а сверху более мелкие.

Плотно закрыть крышкой и поставить в холодильник. Через сутки помидоры можно подавать на стол.

Салат «Утка»

- *4 огурца*
- *35 г кинзы или укропа*
- *3 вареных яйца*
- *1/2 стакана томатного сока*
- *соль*
- *перец красный молотый*

Из огурца вырезать «утку», из веточек кинзы сделать оперение и положить «утку» в салатник удлиненной формы.

Вокруг, по овалу, уложить кружочки из вареных яиц и огурцов, полить томатным соком.

Перед подачей на стол слегка посолить и посыпать красным молотым перцем.

Этот салат готовят для украшения свадебных и праздничных столов.

Салат из репы и сморчков

- *500 г сморчков*
- *100 мл растительного масла*
- *2 репы средней величины*
- *2 моркови*
- *1 соленый огурец*
- *мята*
- *кинза*
- *соль*

Отобрать грибы величиной с орех или куриное яйцо, обдать кипятком, дать стечь воде, хорошо пережарить в сильно нагретом масле.

Очищенные от кожицы репу и морковь сварить отдельно, охладить, нарезать крупными кубиками, перемешать с грибами. В салат добавить соль и мелко нарезанный огурец.

Снова перемешать, сложить в тарелочки или салатник, полить маслом, в котором были пожарены грибы.

Посыпать мелко нарезанной мятой, нашинкованным зеленым луком или измельченной кинзой.

Салат «Нарын»

- *500 г конины*
- *400 г редьки*
- *140 г репчатого лука*
- *20 г зелени рубленой петрушки*
- *перец горошком*
- *соль*

Сварить конину с добавлением соли и перца.

Готовое мясо нарезать мелкой соломкой, так же нарезать редьку.

Смешать мясо с редькой, добавить нарезанный кольцами лук, посыпать измельченной зеленью петрушки.

Салат «Лаззат»

- *150 г брынзы*
- *2 ст. ложки сметаны*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *35 г укропа*
- *2 зубчика чеснока*
- *200 г сладкого перца*

Брынзу тщательно растереть, смешать с измельченным чесноком и укропом.

Перец очистить, промыть, обдать кипятком, нафаршировать подготовленной смесью и охладить.

Затем нарезать перец кружочками и подать к столу.

Салат из овощей и гороха

- *3 репы средней величины*
- *2 моркови*
- *1 головка репчатого лука*
- *200 г вареного гороха*
- *50 г сметаны*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Репу и морковь почистить, помыть под холодной водой, сварить, охладить, нарезать небольшими кубиками.

Лук промыть в горячей воде, нарезать кольцами. Отдельно отварить горох, посыпать солью, черным перцем. Все перемешать.

Перед подачей на стол готовый салат полить сметаной.

Чай после плова

Новый кувшин – вода чистая

Узбекская пословица

«Чойхана» (чайная) – это важная часть традиций узбекского общества. Для узбеков чойхана – культовое место, которое посещали на протяжении веков их предки.

Мужчины даже считают своим долгом посещать чойхану: здесь они общаются, узнают последние новости, проводят свободное время.

В разных районах пьют чай различных типов. В большей части Узбекистана, особенно в сельских районах, на востоке и на юге (Самарканд, Наманган, Андижан, Фергана, Коканд) предпочитают зеленый чай. В Ташкенте и в окружающем его северном Узбекистане принято пить черный байховый чай. В Каракалпакии (запад республики) пьют и зеленый и черный, но преимущественно с молоком. Кстати, чай в Средней Азии употребляют без сахара.

Часто к чаю добавляют разные травы и специи: базилик, шафран, перец, семена чернушки.

Заваривание чая в Узбекистане считается искусством, которое передается из поколения в поколение. Для этого необходимо придерживаться следующих правил:

• Чай надо заваривать после бурного закипания воды, но нельзя допускать ее продолжительного кипения; нельзя заваривать чай водой повторного кипения.

• Перед завариванием чайник надо ополоснуть кипятком.

• Засыпать заварку в чайник следует специальной ложкой из расчета 1 ч. ложка на 0,5 л воды.

• Наполненный чайник продержать 3–5 минут у жара (или обдать кипятком) и накрыть салфеткой, сложенной вчетверо.

• Непосредственно перед употреблением чай налить в пиалу и вылить обратно в чайник; эту операцию повторить 3 раза.

• Наливать чай в пиалы надо осторожно, низко наклонив носик к стенке пиалы, чтобы не образовывалась пена.

Существует дополнительный набор обычаев, включающих подготовку, подачу и употребление чая.

Заваривание чая и разливание его гостям являются прерогативой хозяина. У узбеков принято: чем более уважаемый гость, тем меньше чая в его пиале. Эта нехитрая уловка дает возможность проявлять заботу о госте, регулярно подливая ему

чай. Полная пиала означает пренебрежение: пей быстрее и уходи. Если же до конца следовать традициям, на стол ставят, в отсутствие пиал, самые маленькие чашки (можно кофейные).

Кора чой (черный чай)

- *1 ч. ложка черного чая*
- *500 мл воды*

В согретый кипятком чайник засыпать черный чай.
Подавать сразу, накрыв чайник салфеткой.

Чай с вербеной и мятой

- *1 ч. ложка черного чая*
- *1 ч. ложка зеленого чая*
- *1 веточка вербены*
- *1 листочек мяты*
- *сахар*

Черный чай смешать с зеленым. Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него заварку, влить стакана кипятка, перемешать и сразу же вылить воду.

В заварочный чайник положить мелко нарезанную мяту, сахар, налить кипяток и опустить веточку вербены. Затем налить немного чая из чайника в пиалу и через минуту вылить его обратно в чайник.

То же самое проделать 3 раза.

Седонали чой (чай с семенами чернушки посевной)

- *1 ч. ложка черного чая*
- *20 семян чернушки*
- *500 мл воды*

Чай и семена положить в чайник, заварить крутым кипятком и подавать.

Чайник подержать у жара 23 минуты, затем подавать на стол.

Канд чой (сладкий чай)

- *1 ч. ложка черного чая*
- *500 мл воды*
- *3 ч. ложки меда*

Заварить крутым кипятком, поставить на 5 минут у жара, затем подать к столу.

Сладкий чай пьют зимой, в холодные дни.

Чай с шафраном

• *1 ч. ложка зеленого чая*
• *шафран на кончике ножа*
• *500 мл воды*

Заварить кипятком, поставить чайник к жару на 2–3 минуты и подать к столу.

Его рекомендуют при коликах в области живота и сердца.

Мурч чой (чай с черным перцем)

• *1 ч. ложка черного чая*
• *щепотка черного перца*

Ополоснуть чайник кипятком, положить в него 1 ч. ложку черного чая и щепотку черного перца.

Залить кипятком, поставить для настоя.

Ок чой (молочный чай)

- *2,5 л молока*
- *500 мл воды*
- *2 ч. ложки чая*
- *1/2 ч. ложки соли*
- *топленое масло по вкусу*

В кастрюлю налить воды, прокипятить, убавить огонь и положить черный чай.

Когда чай хорошо заварится, добавить молока, кипятить еще в течение 8–10 минут, посолить по вкусу.

При подаче на стол ок чой разлить в пиалы, заправить топленым или сливочным маслом (по 1/2 ч. ложки в каждую пиалу).

К молочному чаю подать бугирсак, чалпак, юпку.

* * *

Засыпать чай в чайник следует специальной ложечкой из расчета 1 ч. ложка на 500 мл воды. Ни в коем случае нельзя засыпать чай в чайник щепотками, при этом сухой чай вбирает посторонний запах пальцев, теряет собственный аромат.

Непосредственно перед питьем чай налить в пиалу и влить обратно в чайник, эту операцию повторить три раза.

Наливать чай следует осторожно, низко наклонив носик к стенке пиалы, чтобы не образовалась пена.

Асалли мурч чой (чай с черным перцем и медом)

• *2 ч. ложки меда*
• *1 ч. ложка черного чая*
• *щепотка черного перца*

В чайник, который предварительно ополоснуть кипятком, положить мед, черный перец, черный чай, залить крутым кипятком. Дать настояться.

Шир чой (чай со сметаной)

- *1,5 л воды*
- *1 кг сметаны*
- *3 ч. ложки чая*
- *1 ч. ложка соли*
- *сливочное масло по вкусу*

В кастрюлю налить воду, дать закипеть, в кипящую воду положить черный чай, кипятить еще 5 минут.

Хорошенько взбить сметану и влить в кастрюлю с чаем, посолить, через 3–4 минуты кипения шир чой снять с огня.

Шир чой разлить в пиалы, заправить сливочным маслом 1/2 ч. ложки на порцию) и подать на стол.

Яхна чой (охлажденный чай)

- *1 л кипятка*
- *2 ч. ложки зеленого чая*
- *лед по желанию*

Заварить чай, охладить, разлить в пиалы, положить по кусочку пищевого льда и подать.

Холодный чай с апельсином по-узбекски

- *1 ч. ложка черного чая*
- *2 ч. ложки зеленого чая*
- *1/2 апельсина*
- *сахар*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него зеленый и черный чай, залить кипятком на половину объема и перемешать.

Потом заварку слить, чай залить новой порцией кипятка, снова перемешать и настаивать в течение 5 минут.

Затем содержимое чайника долить кипятком, положить в заварку нарезанный небольшими кусочками апельсин, сахар, все перемешать и оставить на 10 минут. Готовую заварку процедить, перелить в большой графин, разбавить холодной водой и разлить по пиалам.

В каждую из них положить кусочек пищевого льда.

Райхонли чой (чай с базиликом)

- *2 ч. ложки черного чая*
- *1 ч. ложка зеленого чая*
- *1/2 ч. ложки сушеного базилика*
- *сахар*

Черный чай смешать с зеленым.

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него заварку, залить 1 стаканом кипятка, перемешать и сразу же слить воду.

В заварочный чайник положить базилик, небольшое количество сахара и влить кипяток.

Затем налить немного чая из чайника в пиалу и через минуту вылить его обратно в чайник.

То же самое проделать 3 раза.

Черный чай с молоком и грецкими орехами

- *2 ч. ложки черного чая*
- *1 1/2 стакана молока*
- *1 ст. ложка сливочного масла*
- *2 ст. ложки молотых ядер грецких орехов*
- *1/2 ч. ложки соли*

Чай залить 1 стаканом кипятка и кипятить до тех пор, пока он не уменьшится в объеме на треть.

Готовую заварку процедить, разбавить горячим молоком, посолить, поставить на огонь и кипятить на медленном огне в течение 15 минут.

Горячий чай разлить по пиалам, в каждую из них положить кусочек сливочного масла и щепотку грецких орехов.

Черный чай с эстрагоном и гранатом

- *3 ч. ложки черного чая*
- *1 ч. ложка сушеного эстрагона*
- *сушеная корка половины граната*
- *сахар по вкусу*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него чай, эстрагон, корку граната, залить кипятком на треть объема и настаивать в течение 10 минут.

После этого долить в чайник кипятка, накрыть салфеткой и оставить на 20 минут.

Готовую заварку процедить, разлить по пиалам, положить сахар и долить кипятка.

Черный чай с молоком и пряностями

- *3 ч. ложки черного чая*
- *2 стакана молока*
- *2 звездочки гвоздики*
- *небольшой кусочек имбирного корня*

Гвоздику и имбирный корень залить холодной водой, поставить на огонь и довести до кипения.

Готовый отвар процедить. Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него чай, залить горячим пряным отваром, накрыть салфеткой и оставить на 5 минут.

Готовую заварку процедить, разлить по пиалам и влить горячее молоко.

* * *

Чай надо заваривать после бурного закипания воды, но нельзя допускать ее продолжительного кипения, нельзя заваривать на воде повторного кипения, так как в ней испаряется кислород.

Перед завариванием чая чайник необходимо сполоснуть кипятком, так он лучше сохранит нормальную температуру чая до окончания чаепития.

Наполненный чайник продержать 3–5 минут у жара или обдать сверху кипятком и накрыть салфеткой, сложенной вчетверо.

Мижоз чой (смесь черного и зеленого чая)

- *1 ч. ложка черного чая*
- *1 ч. ложка зеленого чая*
- *1 л воды*

Заварить, смешав равные количества черного и зеленого чая, в 1 л воды.

Заварив, чайник обдать кипятком, подавать на стол после сытного плова.

Раис чой (чай особый)

• *3 ч. ложки зеленого чая*
• *1 л воды*

В согретый кипятком чайник засыпать зеленый чай.

Перед подачей на стол обдать чайник сверху кипятком, накрыть салфеткой, дать настояться 5 минут.

Олма чой

• *2 ч. ложки сухофруктов*
• *500 мл воды*

Залить сухофрукты крутым кипятком, поставить на 5 минут к жару.

Подавать на стол.

Зеленый чай по-бухарски

- *2 ч. ложки зеленого чая*
- *1/2 апельсина*
- *1/2 стакана лимонного сока*
- *1/2 стакана апельсинового сока*
- *1/4 ч. ложки молотой корицы*
- *1 ст. ложка сахара*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него чай, смешанный с корицей и сахаром.

Затем залить кипятком на половину объема и настаивать в течение 10 минут.

После этого долить кипятка, накрыть чайник салфеткой и оставить на 5 минут.

Готовую заварку процедить, смешать с апельсиновым и лимонным соками.

Перед подачей на стол разлить по пиалам, положив в каждую из них дольку апельсина.

Зеленый чай с листьями земляники и облепихи

- *1 ч. ложка зеленого чая*
- *1/2 ч. ложки сушеной мяты*
- *3 листика земляники*
- *3 листика облепихи*
- *сахар по вкусу*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него мяту, листья облепихи и земляники.

Содержимое чайника залить кипятком на треть объема, перемешать и настаивать в течение 3 минут.

Положить в чайник зеленый чай, долить кипятка, накрыть салфеткой и оставить на 15–20 минут.

Заварку процедить, разлить по пиалам, положить в каждую из них сахар и долить кипятка.

Зеленый чай с молоком

- *3 ч. ложки зеленого чая*
- *1 стакан молока*
- *ванилин*
- *сахар по вкусу*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него чай, залить кипятком на треть объема, накрыть салфеткой и оставить на 10 минут. Потом долить кипятка и настаивать в течение 5 минут. Молоко довести до кипения и добавить в него сахар и ванилин.

Готовую заварку процедить, разлить по пиалам и влить горячее молоко.

Зеленый чай

- *3 ч. ложки зеленого чая*
- *1/2 лимона*
- *1 ч. ложка измельченного тархуна*
- *1/4 ч. ложки измельченной лимонной цедры*
- *1/4 ч. ложки корицы*
- *сахар по вкусу*

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него чай, тархун, корицу, лимонную цедру, залить кипятком на треть объема, накрыть салфеткой и оставить на 10 минут.

После этого долить кипятком и дать настояться в течение 5 минут.

Готовую заварку процедить, разлить по пиалам, добавить кипяток. В каждую пиалу положить сахар и ломтик лимона.

Шурпа и другие супы

Из хорошего мяса – хороший суп

Узбекская пословица

Очень интересно в узбекской кухне обстоит дело с супами. Во-первых, их много. Во-вторых, они, как правило, скорее напоминают похлебку: варятся с большим количеством мяса, овощей, круп и бобовых. К тому же они – очень жирные и наваристые. Говорят, это оттого, что предкам современных узбеков, ведущим кочевой образ жизни, приходилось отчаянно экономить воду.

Узбекские похлебки готовятся на слабом огне и солятся в конце: на сильном огне поверхность продуктов затвердевает, и питательные вещества (в том числе минеральные соли) выделяются в бульон в незначительных количествах.

Кисломолочные супы – характерная особенность узбекской кухни. Их история восходит к тем временам, когда тюркские племена – предки современных узбеков – были кочевыми.

В Узбекистане супы готовят на мясном, костном, а в некоторых местах (Хорезме, Каракалпакии) – на рыбном бульонах. Широко распространены также супы, заправленные пресным или кислым молоком.

Специфическим является употребление в супах местных круп – маша (мелкой среднеазиатской фасоли), джугары (сорго), а также риса, кукурузы и др. Из овощей в супы обязательно кладут морковь, репу и тыкву. Что же касается лука, то его закладывают в супы в количествах, раз в 5 больших, чем это принято у россиян.

Традиционными узбекскими супами являются шурпа, пиева, атала, угра, мастава и кисломолочные.

К последним относятся шопирма, сихмон, какурум и куртова. Общее название кисломолочных супов – катыкли. В состав катыкли всегда входит крупа (рис, маш, пшеница) или в отдельные разновидности бобовые (фасоль). Жидкая основа состоит из кисломолочных продуктов, чаще всего из катыка, в связи с чем суп в большей степени напоминает жидкую кашицу.

Шурпа. Отличительные признаки шурпы: во-первых, это кушанье отличается повышенной жирностью, что особенно заметно при его приготовлении из предварительно обжаренного мяса и овощей.

Во-вторых, для шурпы характерно использование большого количества зелени и приправ.

В-третьих, при сравнительно постоянном наборе крупно нарезанных овощей (а именно: морковь, картофель и лук, причем последний в шурпу кладется в большом в сравнении с другими супами количестве), в шурпе могут использоваться (и даже приветствуются) разнообразные фрукты – яблоки, абрикосы (курага), айва и сливы.

Шурпа готовится по технологии, присущей другим заправочным супам. Как правило, бульон для шурпы варится из баранины, однако может и из птицы, в том числе мелкой и дикой.

Из приправ в шурпу добавляют зиру (в больших количествах) и базилик. При подаче блюдо посыпают зеленью.

Кайнатма шурпа (суп из баранины с овощами)

- *125 г баранины*
- *125 г картофеля*
- *100 г моркови*
- *125 г репчатого лука*
- *125 г свежих помидоров*
- *10 г курдючного сала*
- *лавровый лист*
- *10 г сладкого красного перца*
- *10 г зелени кинзы*
- *перец черный молотый*

Баранину (грудинку и реберную часть), не разрезая, положить в кастрюлю, добавить немного курдючного сала, залить холодной водой и варить.

Затем добавить вместе с луком целую морковь, нарезанные дольками помидоры, соль и специи. Варить в течение 20 минут на слабом огне.

Затем положить очищенный целый картофель, убавить огонь и продолжать варку. Как только картофель сварится, суп снять с огня.

За 3–4 минуты до подачи на стол в суп положить измельченную зелень кинзы и несколько раз перемешать.

Вынуть из котла мясо, положить на большое блюдо, нарезать кусками, украсить сваренными в супе морковью и картофелем, посыпать черным перцем.

Перед подачей на стол суп разлить в тарелки или чашки, также посыпать перцем.

Шолгом шурпа (мясной суп с репой)

• *125 г мяса (филейная часть баранины, кости с костным жиром и мякоть)*
• *125 г репы*
• *20 г моркови*
• *75 г картофеля*
• *75 г свежих помидоров*
• *75 г репчатого лука*
• *2 сладких перца*
• *лавровый лист*
• *перец черный молотый*
• *зарчава по вкусу*
• *соль*

Положить в кастрюлю целым куском мясо, залить водой и поставить на слабый огонь.

Очистить репу, нарезать поперек кусочками и залить водой. Очистить морковь, нарезать кружочками толщиной 2 см.

Морковь и репу положить в кипящий суп.

Одновременно добавить мелко нашинкованный лук, сладкий перец, помидоры, соль и специи. Варить в течение 1 часа на слабом огне.

Затем положить картофель, нарезанный кусочками. Зарчаву добавить по вкусу.

По готовности картофеля снять суп с огня. Вынуть мясо, положить на большое блюдо, нарезать, уложить овощи, варившиеся в супе. Разлить суп в касы, посыпать кинзой и черным перцем.

Нухат шурпа

- *500 г баранины или говядины*
- *300 г репчатого лука*
- *250 г свежих помидоров*
- *100 г моркови*
- *1 1/2 стакана гороха*
- *лавровый лист*
- *5 горошин черного перца*
- *35 г укропа*
- *соль*

За сутки до приготовления супа замочить в воде перебранный и хорошо промытый горох.

Баранину или говядину нарезать небольшими кусками, кости порубить, положить все в посуду, добавить горох, залить холодной водой и варить в течение 1 часа на слабом огне.

В кипящий бульон добавить мелко нашинкованный лук, помидоры, нарезанную кубиками морковь, продолжать варить 1520 минут. Положить лавровый лист, горошинки черного перца. Перед самой подачей на стол посолить.

Суп разлить в касы и посыпать измельченным укропом.

Кифта шурпа

- *500 г баранины*
- *1 стакан риса*
- *1 яйцо*
- *200 г репчатого лука*
- *200 г гороха*
- *2 помидора*
- *300 г картофеля*
- *1 ч. ложка красного молотого перца*
- *соль*

Мякоть баранины мелко порубить тяпкой или пропустить через мясорубку, добавить мелко нашинкованный лук, сваренный до полуготовности рис, соль, красный молотый перец, сырое яйцо.

Полученную массу тщательно перемешать. Формировать кифту в виде сарделек.

В бульон положить вымоченный горох, нарезанную кубиками морковь, помидоры, варить на слабом огне 5 минут.

Кифту опустить в кипящий бульон, добавить картофель и продолжать варку в течение 20 минут на слабом огне.

При подаче готовый суп разлить в касы.

Бедана шурпа (бульон с перепелками)

- *6 перепелок*
- *100 г репчатого лука*
- *80 г моркови*
- *250 г картофеля*
- *100 г укропа*
- *соль*
- *молотый перец черный*

Освежеванные и выпотрошенные тушки перепелок посыпать перцем и солью и отложить.

Кастрюлю с водой поставить на огонь и перед закипанием положить перепелок, нарезанный лук, целиком очищенную морковь и картошку и варить на слабом огне до смягчения мяса дичи.

Перед окончанием варки добавить рубленую зелень укропа. Готовое блюдо налить в касы, а перепелок подать отдельно.

Товук шурпа (куриный бульон)

- *1 цыпленок*
- *1 стакан риса*
- *200 г репчатого лука*
- *250 г свежих помидоров*
- *лавровый лист*
- *1/2 ч. ложки барбариса*
- *красный молотый перец*

Для заправки:

- *35 г зелени кинзы, укропа или зеленого лука*

Цыпленка ощипать, опалить, отрубить шейку и лапки, выпотрошить и тщательно промыть.

Подготовленную таким образом тушку вместе с нарезанным луком положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на слабом огне в течение 1 часа.

За 20 минут до готовности в бульон добавить помидоры, соль, специи и немного риса.

При подаче на стол в каждую касу положить по куску мяса и разлить готовый суп.

* * *

Общие правила выбора овощей:

• лучше меньше, но качественнее;

• вялые, битые, подгнившие, переспелые – вредны;

• недозрелые – неполезны;

• парниковые менее полезны, чем выросшие в открытом грунте;

• ярко окрашенные предпочтительнее бледных того же сорта;

• лежалые, подсохшие или высушенные менее ценны, чем свежие.

Кийма шурпа (суп с фрикадельками)

- *500 г мяса*
- *1 яйцо*
- *1 стакан риса*
- *200 г картофеля*
- *120 г моркови*
- *2 головки чеснока*
- *160 г репчатого лука*
- *300 г свежих помидоров*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *50 г зеленого лука*
- *соль*

Отделить мякоть от костей. Кости поставить варить. В бульон опустить лук, морковь, картофель, чеснок, помидоры.

Мякоть порубить тяпкой, заправить солью, молотым черным или красным перцем, луком, взбить 1 яйцо. Полученную массу тщательно перемешать. Из фарша сделать кийму (фрикадельки), опустить в кипящий бульон и варить при слабом кипении 20–25 минут.

При подаче в шурпу положить припущенный отдельно рис, посыпать зеленью.

Дармон шурпа (куриный бульон с зеленью)

- *1 курица*
- *100 г молодых листьев (щавель, мята, виноградная лоза)*
- *150 г недозрелых фруктов (ягоды клубники, зеленая алыча)*
- *200 г сморчков*
- *1 ч. ложка черного перца*
- *лавровый лист*
- *150 г сметаны*
- *соль*

Курицу выпотрошить, помыть. Положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда мясо сварится, в бульон вместе с солью и специями положить вымытые в холодной воде молодые листья и побеги виноградной лозы, мяты и щавеля, недозрелые ягоды клубники, зеленую алчу, грибы. Котел плотно закрыть крышкой и варить еще 20–25 минут.

По готовности суп разлить в касы, заправить сметаной.

Лапша с курицей

Для теста:

• 300 г пшеничной муки

• 2 яйца

• 1/2 ч. ложки соли

Для бульона:

• 500 г курицы

• 150 г моркови

• 200 г репчатого лука

• 80 г картофеля

• 1 лавровый лист

• 50 г зелени укропа

• соль

Курицу выпотрошить, помыть и нарезать на порционные куски. Положить в кастрюлю, залить холодной водой. Варить в течение 1 часа при медленном кипении. Образующуюся пену снять, положить морковь, нарезанную соломкой, лук – кольцами и картофель – кубиками. Посолить, положить лавровый лист и варить до смягчения моркови.

Приготовить крутое тесто, раскатать, нарезать тонкую лапшу и сварить в бульоне.

При подаче на стол готовый суп налить в касы, положить по куску мяса, посыпать рубленой зеленью.

Долма шурпа (суп с фаршированным сладким перцем)

- *500 г мяса*
- *800 г сладкого перца*
- *1/2 стакана риса*
- *1 яйцо*
- *200 г репчатого лука*
- *300 г картофеля*
- *150 г моркови*
- *200 г свежих помидоров*
- *35 г петрушки*
- *1/2 ч. ложки зиры*
- *соль*

Мякоть баранины или говядины отделить от костей. Кости положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить варить.

Из мякоти приготовить фарш. В фарш добавить лук, рис, петрушку, соль и специи, сырое яйцо, все хорошо перемешать.

Вымыть сладкий перец, срезать верхушки, очистить от семян (часть семян положить в фарш, часть – в бульон), нафаршировать, опустить в кипящий бульон и варить на слабом огне 30–40 минут.

Добавить лук, помидоры, морковь и картофель.

Готовый суп посолить, разлить в касы и подать на стол вместе с долмой.

Нарын

Для теста:

• 500 г муки

• 1 стакан воды

• 1 ч. ложка соли

Для бульона:

• 300 г баранины

• 300 г казы

• 2 л воды

• 180 г репчатого лука

• лавровый лист

• соль

• черный молотый перец

Баранину, копченую грудинку и сало отварить, вынуть из бульона, охладить и нарезать соломкой.

Крутое тесто тонко раскатать, порезать на куски (10х5 см), отварить в соленой воде и нарезать соломкой. Лук мелко нашинковать и поджарить.

При подаче мясные продукты, лапшу и лук посыпать перцем и залить бульоном.

Каурма шурпа

- *80 г говядины*
- *10 маргарина*
- *180 г картофеля*
- *25 г репчатого лука*
- *25 г моркови*
- *10 г томатного пюре*
- *зелень*
- *перец*
- *соль*

Говядину нарезать кусочками по 20–25 г и жарить до образования румяной корочки.

Затем добавить нарезанный мелкой соломкой лук, красный перец и жарить все вместе.

После этого положить нарезанную кубиками морковь, томатное пюре, жарить еще 58 минут, залить бульоном, положить картофель, нарезанный кубиками, и варить до готовности.

При подаче посыпать зеленью.

* * *

Чтобы в мясе сохранилось больше питательных веществ, нужно класть его не в холодную, а в кипящую воду.

Затем быстро довести до кипения на сильном огне и убавить его до минимума, чтобы не допустить бурного кипения.

Угра-чучвара (суп-лапша с пельменями и фрикадельками)

Для поджарки:

• 100 г курдючного сала

• 2 г репчатого лука

• 200 г свежих помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты

Для фарша:

• 500 г мяса

• 160 г репчатого лука

• 1 яйцо

• 1 ст. ложка топленого масла

• соль

Для теста:

• 500 г муки

• 1/2 стакана воды

• 3 яйца

• 1/2 ч. ложки соли

Из указанных ингредиентов замесить тесто, тонко раскатать, разделить на две половины, из одной сделать лапшу, из другой нарезать квадратики размером 4х4 см.

Мясо пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный репчатый лук, яйцо, соль, перец и хорошо размешать.

Приготовленный фарш разделить на две части, из одной сделать пельмени, из другой – скатать фрикадельки величиной с вишню.

В сильно разогретом масле пережарить лук, помидоры или томатную пасту.

Затем положить очищенный картофель, нарезанный кубиками, и жарить еще 5 минут. После этого в кастрюлю налить воды.

Когда закипит бульон, добавить соль, специи, убавить огонь, положить сначала готовые пельмени, а потом фрикадельки. Через 5–6 минут положить лапшу.

По готовности разлить суп в касы, посыпать мелко нарезанной кинзой, черным молотым перцем.

Чучвара шурпа (бульон с пельменями)

Для бульона:
• 160 г репчатого лука
• 120 г свежих помидоров
• лавровый лист
• соль
Для фарша:
• 300 г баранины
• 200 г говядины
• 1 ч. ложка черного молотого перца
• 1 ч. ложка соли
Для теста:
• 300 г пшеничной муки
• 2 яйца
• 1/2 стакана воды
• 1/2 ч. ложки соли

Из жирной мякоти баранины или говядины сделать фарш, положить соль, черный перец, нашинкованный лук, хорошо размешать.

Замесить довольно крутое тесто, раскатать его тонким слоем, нарезать квадратики размером 4х4 см.

Разложить на квадратики приготовленный фарш и сделать пельмени.

Кости положить в кастрюлю вместе с луком, помидорами, солью и специями, залить водой и варить. Доведя бульон до кипения, опустить пельмени и варить при слабом кипении, пока они не всплывут на поверхность бульона, затем варить еще 34 минуты.

Бульон вместе с пельменями разлить в касы, посыпать черным перцем, мелко нарезанной зеленью кинзы и подать к столу.

Угра оши (мясной суп с лапшой)

Для бульона:

• 500 г мяса
• 160 г репчатого лука
• 300 г свежих помидоров
• 120 г моркови
• 200 г картофеля
• лавровый лист
• черный молотый перец
• 35 г зелени кинзы
• соль

Для теста:

• 300 г пшеничной муки
• 1 яйцо
• 1/2 ч. ложки соли

Из муки и яиц с добавлением соли замесить тесто, тонко раскатать, посыпать мукой, свернуть трубкой, сложить и нарезать лапшу толщиной 1–2 мм. Лапшу подсушить. Нарезать мясо, разрубить кости и вместе с луком, помидорами и специями положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь.

Когда мясо сварится, добавить морковь, нарезанную соломкой, картофель – кубиками, посолить и варить еще 10–15 минут. Затем опустить в бульон лапшу, предварительно стряхнув ее от муки, чтобы суп не стал мутным.

При подаче суп разлить в касы, посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы.

Шурпа-чабан

- *80 г баранины*
- *140 г картофеля*
- *90 г репчатого лука*
- *40 г свежих помидоров или 10 г томатного пюре*
- *перец*
- *10 г столового маргарина*
- *зелень*
- *соль*

Кусочки баранины залить холодной водой и варить.

За 30 минут до окончания варки в бульон положить нарезанный сырой репчатый лук (половину нормы), картофель, помидоры или томатное пюре и варить до готовности.

Оставшийся сырой репчатый лук мелко нашинковать, посыпать перцем и перетереть в салфетке.

При подаче подготовленный лук положить в тарелку, налить суп и посыпать измельченной зеленью петрушки или укропом.

Шовул шурпа (щавелевый суп)

- *500 г мяса*
- *300 г картофеля*
- *800 г щавеля*
- *2 яйца*
- *160 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*

Сварить мясной бульон. Вынуть мясо, разрезать на порционные куски и положить обратно в кастрюлю.

Добавить в суп нарезанный кольцами лук и молодую картошку кружочками, взбить сырые яйца, заправить солью, перцем и варить до готовности.

За 10 минут до подачи на стол в суп положить рубленый щавель.

Пиева (луковый суп)

- *250 г репчатого лука*
- *75 г баранины*
- *35 г курдючного сала*
- *30 г свежих помидоров*
- *лавровый лист*
- *красный молотый перец*
- *соль*

В раскаленное курдючное сало положить мелко нарезанный лук, нарезанные кубиками мясо (по 1 см), помидоры, посолить и жарить 20 минут.

Затем залить холодной водой и варить 30 минут на медленном огне. За 5 минут до готовности положить красный перец, лавровый лист.

Готовую пиеву снять с огня и дать настояться 10 минут.

Карам шурпа (суп с капустой)

- *500 г мяса*
- *2800 мл воды*
- *150 г курдючного сала*
- *160 г репчатого лука*
- *300 г свежих помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *180 г моркови*
- *300 г картофеля*
- *300 г капусты*
- *1 стручок красного перца*
- *3 лавровых листа*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *30 г укропа, кинзы*
- *соль*

Мясо обмыть и нарезать кусками.

Растопить в кастрюле сало, положить мясо, обжарить до румяной корочки, добавить нашинкованный лук, пережарить, положить нарезанные помидоры, перемешать.

Затем опустить нарезанную соломкой морковь, картофель, нарезанный кружочками, все это хорошо пережарить.

Налить воды, добавить соль, красный перец, лавровый лист. Когда закипит, положить мелко нашинкованную капусту. Усилить огонь и варить 35–40 минут.

При подаче суп разлить в касы, посыпать черным перцем и зеленью.

Валик шурпа (суп с рыбой)

- *1500 г рыбы*
- *50 г картофеля*
- *240 г репчатого лука*
- *120 г моркови*
- *50 г укропа*
- *2 лавровых листа*
- *10 горошин черного перца*
- *2 ст. ложки топленого масла*
- *соль*

Свежую речную рыбу (карп, сазан и др.) очистить, вымыть, мелкую оставить целиком, а крупную нарезать на порционные куски.

Из мелкой рыбы (половины всего продукта) сварить бульон, процедить, а рыбу оставить. Положить в бульон остальную часть рыбы, очищенный целиком картофель, морковь, лук, лавровый лист и укроп.

Заправить солью и перцем и варить на слабом огне, снимая пену.

Перед подачей положить в кастрюлю топленое масло.

Хуплама (зимний суп на томатном соке)

- *500 г мякоти баранины или говядины*
- *250 г редьки*
- *60 г моркови*
- *300 г картофеля*
- *3 зубчика чеснока*
- *150 г жира*
- *160 г репчатого лука*
- *3 л томатного сока*
- *50 г сметаны*
- *соль*
- *перец*

Мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой, добавить измельченный чеснок, тертую морковь и редьку, картофель нарезать мелкими кубиками, все перемешать.

В котле растопить бараний жир или топленое масло, обжарить лук, нарезанный кольцами. Затем положить мясо, овощной фарш и тушить, перемешивая капгиром. После этого налить воды, чтобы она покрыла содержимое котла, и продолжать варить на очень слабом огне.

После смягчения продуктов залить их томатным соком, взбитым со сметаной.

* * *

Очищать овощи от кожуры рекомендуется в сухом виде и сухими руками, тщательно удаляя все поврежденные участки.

Очищенные овощи складывают в емкость с холодной водой (а не кладут на разделочную доску).

Кукурузная шурпа

- *240 г бараньей грудинки*
- *80 г курдючного сала*
- *600 г кукурузных початков*
- *140 г репчатого лука*
- *160 г свежих помидоров*
- *200 г картофеля*
- *кинза*
- *лавровый лист*
- *черный перец*
- *соль*

Курдючное сало растопить, перекалить и обжарить в нем нарезанные мелкими кусочками мясо, лук, помидоры, залить водой, довести до кипения.

В кипящий бульон положить разрезанные пополам початки кукурузы и варить их на медленном огне в течение часа.

За 20 минут до готовности опустить картофель и посолить, а за 5 минут добавить пряности.

Суп вермишелевый

- *500 г мяса*
- *100 г курдючного сала*
- *80 г репчатого лука*
- *300 г свежих помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *150 г моркови*
- *200 г картофеля*
- *200 г вермишели*
- *2 лавровых листа*
- *соль*
- *красный молотый перец*

В раскаленное масло положить мясо, нарезанный лук, помидоры или томатную пасту, пережарить.

Добавить картофель, нарезанный соломкой, морковь, вермишель и жарить в течение 5–7 минут.

Затем добавить соль и специи, налить воды. Варить в течение 10–15 минут на слабом огне.

При подаче к столу суп разлить в касы, затем посыпать мелко нарезанными зеленым луком и кинзой.

Кайла мастава (суп рисовый с зеленой заправкой)

- *500 г мяса*
- *150 г жира*
- *320 г репчатого лука*
- *1/2 стакана сушеной зелени*
- *1 стакан вымоченного гороха*
- *1 1/2 стакана риса*
- *соль*
- *перец*
- *кислое молоко*

В перекаленном масле спассеровать лук, затем залить водой, процедить лук с жиром из бульона. В жир с луком положить сушеную молотую зелень (райхан, укроп, кинзу, жамбил, мяту), перемешать и отставить.

В кастрюлю с холодной водой положить горох, вымоченный в течение суток, и варить. По готовности гороха положить в суп вымытый рис и мясные фрикадельки, снять пену и варить до готовности.

Перед подачей суп налить в касы, заправить приготовленной зеленой массой (по 1 ст. ложке на порцию), отдельно подать кислое молоко.

Бульон с просом

- *600 г костей*
- *360 г мяса (баранина, конина или говядина)*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *2 головки репчатого лука*
- *1/2 стакана кефира*
- *1 стакан тары*
- *1 ст. ложка сливочного масла*

Сварить мясо-костный бульон. Готовое мясо нарезать мелкими кубиками, а бульон процедить.

В кипящий бульон положить мясо, тары (особо обработанное просо или пшено) и добавить мелконарубленный пассерованный лук.

Перед подачей к столу в тарелку или кесе с супом добавить катык, простоквашу или кефир и посыпать рубленой зеленью.

Для приготовления тары перебранное просо помыть, подсушить, обжарить в жарочном шкафу, добавить в бульон.

Для приготовления тары по-домашнему просо перебрать, помыть, засыпать в казан, подлить воды и довести до кипения.

Пареное просо процедить и просушить в сухом казане и немного обжарить при постоянном помешивании.

Высушенное просо частями засыпать в деревянную ступку и толочь до полного отделения шелухи. Очищенное таким образом просо-тары готово к употреблению.

Бульон с куртом

- *600 г костей*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 морковь (для бульона)*
- *2 ст. ложки кулинарного жира*
- *1 стакан муки*
- *100 г курта*
- *1/2 моркови*
- *1 головка репчатого лука*

В кипящий костный бульон засыпать крошки из теста (в муку добавить немного воды и перетереть в шарики), непрерывно помешивать, чтобы не образовалось крупных комков.

Затем заправить солью, специями и добавить пассерованные морковь, лук и измельченный курт. Варить до готовности.

При подаче к столу посыпать зеленью.

Мошова

- *3 стакана маша*
- *150 г лука*
- *2 ч. ложки томатной пасты*
- *200 г мясного фарша*
- *100 г жира*
- *соль*
- *перец*

Перебрать и промыть маш, положить в кастрюлю с холодной водой и варить до растрескивания шелухи. В другой посуде перетопить масло, обжарить лук, мясной фарш с томатной пастой. Заправить солью, перцем, перемешать с готовым машем.

Налить в касы, посыпать рубленой зеленью и подать на стол с кислым молоком.

* * *

Не надо солить мясо перед приготовлением из него пищи, так как это вызовет преждевременное выделение сока из мяса, ухудшит его вкус и снизит пищевую ценность.

Манчиза (суп с клецками)

Для поджарки:

• 500 г мяса
• 100 г жира
• 165 г репчатого лука
• 200 г свежих помидоров
• 200 г картофеля
• 150 г моркови
• соль
• красный молотый перец
• лавровый лист

Для теста:

• 300 г пшеничной муки
• 2 яйца
• 1/2 стакана воды
• щепотка соли

Отдельно пережарить в раскаленном масле мясо, лук. Затем положить в кастрюлю помидоры, а также нарезанные кубиками картофель и соломкой морковь. Все перемешать и жарить в течение 10 минут. Добавить соль, специи, влить воду.

Приготовить тесто, от теста отщипывать небольшие кусочки и опускать в кипящий бульон. Дать закипеть.

Готовый суп разлить в касы и тотчас же подать на стол, иначе он загустеет.

Машхурда

- *160 г говядины*
- *10 г жира*
- *20 г риса*
- *20 г маша*
- *20 г репчатого лука*
- *100 г картофеля*
- *30 мл кислого молока*
- *5 г зелени*
- *соль*

Мясо, нарезанное мелкими кусочками, обжарить вместе с луком, нашинкованным соломкой, добавить соль, перец, залить бульоном и довести до кипения.

После этого положить маш, довести до кипения и снять кастрюлю с огня.

Когда маш набухнет, положить рис, поставить кастрюлю на сильный огонь, добавить нарезанный дольками картофель и довести блюдо до готовности.

При подаче заправить кислым молоком, мелко рубленной зеленью и луком.

Умач оши (суп из затертой муки)

- *250 г пшеничной муки*
- *500 г мяса*
- *150 г курдючного сала*
- *160 г репчатого лука*
- *1 стручок красного перца*
- *лавровый лист*
- *соль*

Положить в миску муку, влить полстакана подсоленной воды, мешая, растереть муку между ладонями до образования комочков теста величиной с горох.

Разложить тесто на салфетке, посыпать мукой. Баранье сало и мясо нарезать мелкими кусочками.

Растопить в кастрюле сало, затем положить мясо, мелко нашинкованный лук, жарить, пока не зарумянится. После этого налить воды, посолить, заправить специями и кипятить. Через 78 минут всыпать подготовленное тесто.

Куртова (суп из курта с топленым маслом)

- *500 г курта (высушенные шарики из кислого молока)*
- *750 мл горячей воды*
- *200 г топленого масла*

Курт растолочь, протереть через сито, залить горячей водой. После этого тщательно растереть деревянной ложкой до густоты сметаны.

Эту массу вылить в кастрюлю, вскипятить, добавить топленое масло. Суп не заправлять солью и специями.

При подаче на стол в суп можно накрошить лепешек.

Маш ковак (суп с машем и тыквой)

- *150 г масла*
- *2 стакана маша*
- *180 г репчатого лука*
- *600 г тыквы*
- *красный перец*
- *кинза*
- *соль*

Сильно разогреть масло, поджарить лук, налить воды.

Не доводя до кипения, положить в кастрюлю вымытый маш, а когда зерна маша разварятся, посолить суп.

Затем добавить очищенную и нарезанную крупными кубиками тыкву сорта «дастор» или «чилим». Варить еще 25 минут под закрытой крышкой.

По готовности снять суп с огня, дать немного постоять, затем разлить в касы, посыпать красным молотым перцем и кинзой.

Маш атала (суп с машем и мукой)

- *500 г мяса*
- *50 г бараньего сала*
- *1 1/2 стакана маша*
- *1 стакан пшеничной муки*
- *1 ст. ложка топленого масла*
- *160 г репчатого лука*
- *60 г моркови*
- *30 г кинзы*
- *соль*
- *специи*

В раскаленном масле пережарить измельченный лук, положить мясной фарш и морковь, нарезанную на мелкие кубики, и хорошо обжарить.

Налить в кастрюлю воды, добавить маш, дать закипеть. Когда маш разварится, суп заправить солью и специями. В другой посуде в небольшом количестве топленого масла пережарить муку и положить ее в суп, довести до готовности.

Суп разлить в касы и посыпать кинзой.

Маш угра (суп с машем и лапшой)

- *300 г мяса*
- *1 стакан маша*
- *160 г репчатого лука*
- *200 г картофеля*
- *70 г моркови*
- *20 г кинзы*
- *20 г райхана*
- *соль*
- *специи*

Для лапши:

- *1 стакан муки*
- *100 мл воды*
- *щепотка соли*

Сильно разогреть масло, обжарить сначала лук, затем мелко нарезанное мясо. Положить картофель, нарезанный кубиками, и морковь, нашинкованную соломкой. Все это еще раз пережарить.

Налить воды и всыпать промытый маш. Продолжать варить на слабом огне.

После готовности добавить мелко нарезанную лапшу и продолжать варку. Соль и специи положить перед самой подачей на стол.

При подаче суп посыпать зеленью кинзы или райхана.

Суп с пшеном

- *500 г мяса*
- *150 г масла*
- *2 головки лука*
- *1–2 моркови*
- *3 картофеля*
- *1 1/2 стакана пшенной крупы*
- *соль*
- *перец*

Пшено положить в разогретый котел и, помешивая шумовкой, поджарить, затем дать остыть и промыть 2–3 раза в холодной воде.

В раскаленном масле поджарить мясо, нарезанное мелкими кусочками, лук, морковь и картофель. Налить воды, дать закипеть, насыпать подготовленное пшено и варить в течение 1520 минут.

Суп разлить в касы, посыпать красным молотым перцем. Перед самой подачей на стол посолить.

Ерма (мясной суп с дробленой пшеницей)

- *500 г баранины*
- *100 г топленого масла или курдючного сала*
- *300 г пшеницы*
- *55 г репчатого лука*
- *красный перец*
- *соль*

Нагреть в кастрюле топленое масло или курдючное сало, пережарить в нем мелко нарезанное мясо, лук, залить водой, положить стручок красного перца. Когда закипит вода, засыпать дробленую пшеницу и варить 1 час.

Ерму едят, запивая кислым молоком.

Ловия оши (мясной суп с фасолью)

- *300 г баранины*
- *100 г жира*
- *160 г репчатого лука*
- *120 г моркови*
- *1 стакан фасоли*
- *1/2 стакана риса*
- *200 г свежих помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *зелень укропа, райхана или кинзы*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать мелкими кусочками, лук нашинковать, морковь нарезать соломкой.

Все это пережарить в раскаленном жире с помидорами или томатом. Затем налить в кастрюлю воды.

Фасоль перебрать и тщательно промыть. Когда закипит вода, засыпать фасоль и варить 2545 минут. Добавить рис.

Снять суп с огня, посолить, дать постоять под крышкой.

Затем разлить в касы, посыпать укропом, райханом или зеленью кинзы, а также черным молотым перцем.

Сихмон (суп с машем и умачом)

- *1 1/2 стакана маша*
- *1 стакан белой кукурузной муки*
- *1 л кислого молока*
- *50 г топленого масла*
- *соль*
- *специи*

Очищенный и промытый в холодной воде маш положить в кастрюлю, закрыть крышкой и варить на слабом огне.

Когда зерна разварятся, всыпать умач.

Для умача приготовить из кукурузной муки крутое тесто и пропустить его через мясорубку со снятым ножом.

По готовности супа положить соль и красный молотый перец, дать отстояться, заправить кислым молоком, хорошо размешать.

При подаче на стол в каждую касу добавить по чайной ложке топленого масла.

* * *

Молоко не свернется в жару при кипячении, если в него добавить сахар (1 ч. ложку на литр молока) или чуточку питьевой соды.

В зимнее время молоко дольше сохранится, если перед кипячением в него добавить сахар из расчета 1/2 ст. ложки на 1 л молока.

Каймок шурпа (суп из сметаны)

- *400 г сметаны*
- *160 г репчатого лука*
- *6 кукурузных початков*
- *300 г тыквы*
- *соль*

В горячую металлическую посуду налить сметаны, перемешать ее шумовкой, добавить мелко нашинкованный лук.

Варить до тех пор, пока лук не станет мягким. Затем налить воды и дать закипеть. После этого положить початки кукурузы молочной спелости, разделенные пополам, и нарезанную кубиками тыкву, варить еще 30–35 минут на слабом огне.

Перед подачей суп заправить солью. К супу подать патыр.

Катыкли хурда (рисовый суп с кислым молоком)

- *300 г баранины*
- *300 г риса*
- *140 г репчатого лука*
- *120 г свежих помидоров*
- *120 г моркови*
- *100 г картофеля*
- *700 г репы*
- *базилик или кинза*
- *красный перец*
- *700 мл катыка*
- *соль*

Мелко нарезанные мясо, лук, помидоры, морковь, картофель, репу, а также рис и пряности положить в кастрюлю, посолить, хорошо перемешать, накрыть крышкой, дать постоять 10 минут.

Залить водой и варить на слабом огне 40 минут. Когда суп немного остынет, заправить кислым молоком и зеленью.

Катыкли шолгом курда (суп с репой и кислым молоком)

- *750 г репы*
- *165 г риса*
- *105 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *750 г катыка (кислое молоко)*
- *кинза*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Очищенные репу, морковь нарезать кубиками, лук нашинковать, залить водой и варить до готовности, затем положить промытый рис, соль, пряности и варить еще 20 минут.

Немного остывший суп заправить кислым молоком, посыпать зеленью.

Катыкли машхурда (суп с машем, рисом и кислым молоком)

- *500 г мяса*
- *1 1/2 стакана риса*
- *1 стакан маша*
- *160 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *кинза*
- *зеленый лук*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *1 л кислого молока или 500 г сузьмы*

В кастрюлю налить воды, положить мясо, нарезанное ломтиками, лук, нашинкованный кольцами, и морковь, нарезанную мелкими кубиками. Дать закипеть. Добавить маш и варить на слабом огне до готовности. После этого положить рис и варить еще 20–25 минут на слабом огне. Солить суп только после того, как сварится маш.

Готовый суп снять с огня, дать немного постоять под закрытой крышкой. Затем заправить его кислым молоком или разведенной сузьмой.

Разлить в касы, посыпать черным молотым перцем, мелко нашинкованной кинзой или зеленым луком и подать на стол.

Суюк-ош

- *320 г говядины*
- *40 г столового маргарина*
- *280 г картофеля*
- *160 г пшеничной муки (для лапши)*
- *40 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *200 мл катыка*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Говядину нарезать кусочками весом по 20–25 г и обжарить в сильно нагретом жире, затем добавить нашинкованный соломкой лук, красный перец, соль, а через некоторое время – нарезанные мелкими кубиками репу и морковь и продолжать пассерование, залить бульоном, положить лапшу, картофель и варить до готовности.

При подаче заправить кислым молоком.

Ширхурда (молочный рисовый суп)

- *1/2 стакана риса*
- *1 л молока*
- *соль*
- *10 г топленого масла*

Перебранный рис промыть 34 раза в холодной воде, положить в кастрюлю, залить водой и кипятить, добавить немного соли. Сварить рис до полуготовности, затем вылить из кастрюли всю воду, налить молоко и варить в течение 8–10 минут на слабом огне.

Суп разлить в касы, заправить топленым маслом (по 1 ч. ложке в каждую касу) и подать на стол.

Чалоп (холодный суп из кислого молока с зеленью)

- *350 мл кислого молока*
- *250 мл воды*
- *50 г огурцов*
- *25 г редиса*
- *5 г зеленого лука*
- *зелень (кинза, укроп, райхан)*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Кислое молоко развести охлажденной кипяченой водой, заправить солью и красным молотым перцем, добавить мелко нарезанные свежие огурцы, редиску, зеленый лук, кинзу, укроп, райхан, перемешать и поставить в холодное место на 56 часов.

Этот суп приготовить в самые жаркие дни.

Какарум

- *250 мл кислого молока*
- *250 мл воды (кипяток)*
- *55 г репчатого лука*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Кислое молоко перемешать с мелко нашинкованным луком, заправить солью и красным перцем, оставить на 30 минут.

Затем маленькими порциями влить кипяток, размешивая.

Какарум разлить в пиалы, измельчить. Подавать к столу.

Ширковак (молочный суп с тыквой)

- *200 г тыквы*
- *1/2 стакана риса*
- *1,5 л молока*
- *соль*

Очистить тыкву, нарезать крупными кубиками, промыть, положить в кастрюлю вместе с перебранным вымытым рисом, залить водой.

Посолить и сварить до полуготовности.

Налить молоко, после закипания варить еще 8–10 минут. Затем снять кастрюлю с огня, закрыть крышкой, дать отстояться 15–20 минут.

Суп из баранины с рисом

- *320 г баранины*
- *2 головки репчатого лука*
- *50 г бараньего сала*
- *1/2 стакана кефира*
- *1/2 стакана риса*

Баранину порубить кусочками по 35–50 г, залить холодной водой и варить 35–40 минут. Затем добавить перебранный и промытый рис и варить еще 2530 минут.

В конце варки добавить мелко нарезанное, слегка обжаренное баранье сало (сырец) и мелко нарубленный репчатый лук. Заправить солью, перцем и лавровым листом.

При подаче к столу в глубокую тарелку или кесе (пиала) положить мясо, налить суп, добавить катык, кефир или простоквашу, посыпать зеленью.

Сутли атала (мучной суп на молоке)

- *150 г муки*
- *1 л молока*
- *50 г топленого масла*
- *25 г сливочного масла*
- *1/2 ч. ложки ванилина*

Пшеничную муку развести в воде до густоты сметаны.

Разогреть в кастрюле топленое масло, вылить подготовленную массу, добавить молоко, помешивая, довести до кипения.

После этого посолить, перемешать, снять с огня, дать отстояться 5 минут под крышкой.

При подаче суп разлить в касы, в каждую касу добавить по 1 ч. ложке сливочного масла и по щепотке ванилина.

Суп с машем

- *400 г мяса баранины или говядины (мякоть)*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 морковь*
- *1 ч. лодка томатной пасты*
- *200 г маша*
- *1 ст. ложка жира для обжарки*
- *2 стакана катыка*
- *зелень по вкусу*

Мясо нарезать мелкими кусочками, обжарить с добавлением шинкованного репчатого лука, моркови, нарезанной кубиками. Маш перебрать, промыть. В слегка обжаренное мясо добавить томатную пасту, еще обжарить, затем залить водой, дать закипеть и засыпать машем. Варить до готовности, пока не раскроются зерна маша.

При подаче суп заправить катыком или сметаной, посыпать зеленью.

Рассольник с сазаном

- *1 кг сазана*
- *150 г соленых огурцов*
- *100 г репчатого лука*
- *60 мл растительного масла*
- *50 г томатного пюре*
- *лавровый лист*
- *перец черный горошком*
- *соль*
- *25 г зелени петрушки*

Разделанную на филе рыбу без позвоночных костей нарезать порционными кусками, отварить и вынуть из бульона. В бульон для навара добавить плавники, хвосты и головы рыбы и варить до готовности.

Мелко нашинкованный репчатый лук слегка пассеровать на жире, перед окончанием пассерования добавить томатное пюре. Соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, нарезать тонкими ломтиками.

Бульон процедить, добавить в него огурцы и варить 15–20 минут, после чего добавить пассерованный лук, специи, соль, кусочки рыбы и дать закипеть.

Блюдо перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Рассольник с судаком

- *1 кг судака*
- *600 г картофеля*
- *120 г моркови*
- *100 г репчатого лука*
- *25 г петрушки или сельдерея*
- *лавровый лист*
- *перец черный горошком*
- *соль*

Соленые огурцы очистить от кожицы и зерен, нарезать ломтиками, а затем отварить в рыбном бульоне. В кипящий готовый бульон положить картофель, нарезанный брусочками, пассерованный репчатый лук, морковь, коренья петрушки или сельдерея, нашинкованные соломкой, и варить 15 минут, затем добавить отваренные соленые огурцы, рыбу, перец горошком, лавровый лист, соль и варить 5 минут.

При подаче посыпать измельченной зеленью петрушки.

Солянка с конскими копченостями

- *180 г казы*
- *160 г жая*
- *140 г баранины*
- *3 головки репчатого лука*
- *2 ст. ложки томатного пюре*
- *2 соленых огурца*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *10 г зелени*

Мясо и отдельные копчености из конины отварить до готовности, нарезать мелкими ломтиками, залить мясным бульоном.

Добавить пассерованный вместе с томатом репчатый лук, очищенные от кожицы и семян припущенные огурцы. Довести до кипения. При подаче посыпать зеленью.

Солянка по-узбекски

• 100 г костей говядины
• 25 г бараньей колбасы
• 25 г казы (колбаса конская) или копченой баранины
• 40 г языка говяжьего
• 40 г лука репчатого
• 40 г огурцов соленых
• 25 г томатного пюре
• 15 г масла сливочного
• 30 г сметаны
• перец
• лавровый лист

Для клецек:

• 20 г муки пшеничной
• 5 г масла сливочного
• 1/2 яйца

Нашинкованный репчатый лук пассеровать на масле, добавить томатное пюре и продолжать пассеровать.

Очищенные от кожицы и семян огурцы нарезать ломтиками, отварить и соединить с пассерованным луком, нарезанными ломтиками вареного мяса, языком, бараньей колбасой и казами, залить бульоном, положить перец, лавровый лист, соль и варить 5–10 минут.

Подавать с горячими заварными клецками и со сметаной.

Мясные блюда

Коза – о жизни, мясник – о сале

Узбекская пословица

Узбекская кухня – находка для любителей мясной кулинарии. Здесь знают толк в приготовлении подобных блюд.

Для узбекской кухни характерно интенсивное использование мяса – в первую очередь баранины и разнообразной пернатой дичи: перепелов, куропаток.

И это – на фоне полного отказа от свинины (она у мусульман считается нечистой и негодной к употреблению) и жирного мяса домашней птицы – гусей и уток.

Специфическим приемом при обработке птицы и дичи является также обязательный съем с нее кожи либо до, либо после тепловой обработки.

Также редко узбеки употребляют курятину и индюшатину. Говядина же идет в пищу в существенных количествах. Конина служит лишь для изготовления домашних колбас.

Общей особенностью в обработке мяса является не отделять мясо от костей.

Большинство мясных блюд состоит из одного мясного компонента, лишено всякого гарнира, если не считать лука.

Жарят мясо обычно на прокаленном масле или на смеси растительных и животных масел, что улучшает его вкус и запах.

Широко распространены комбинации мяса и отварного теста. Характерным для узбекской мясной кулинарии является приготовление полуфабрикатов длительного хранения, своеобразных мясных консервов – кавурдака, хасипа (хасиба) и зирвака, которые едят в холодном виде или используют в виде полуфабрикатов в супы и пловы.

Баранина, тушенная с луком-пореем

- *300 г баранины*
- *600 г лука-порея*
- *3 ст. ложки топленого масла*
- *1 ст. ложка муки*
- *1/2 стакана сливок*
- *красный молотый перец*
- *соль*

Баранину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить и обжарить в топленом масле. Затем добавить лук-порей, нарезанный крупными кольцами, 0,5 стакана воды и тушить в течение 20 минут.

После этого всыпать муку, влить сливки, хорошо перемешать и довести до кипения.

Яхна барра (отварной ягненок по-узбекски)

- *1 тушка ягненка*
- *1,5 кг моркови*
- *4 ст. ложки виноградного уксуса*
- *4–6 лавровых листов*
- *2 1/2 ст. ложки черного перца*
- *2 пучка зелени петрушки*
- *соль*

Тушку ягненка целиком залить холодной водой, добавить виноградный уксус и оставить на 1 час.

Потом разрубить ее на порционные куски, залить кипящей водой и варить 30 минут, после чего добавить нарезанную кружочками морковь, лавровый лист, перец, соль и держать на медленном огне еще 30 минут.

Готовые куски мяса вместе с морковью выложить на сервировочное блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Бостурма (мясо по-любительски)

- *500 г мяса (мякоти)*
- *250 г помидоров*
- *140 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*
- *зира*
- *2 лепешки*

Баранину или телятину из пашины и окорочной части нарезать толщиной в 1 см и величиной с ладонь, посыпать мелкой солью и отставить. Нарезать свежие красные помидоры, посыпать солью и отжать.

В образовавшийся сок положить рубленый лук, черный молотый перец, зиру. Этим залить мясо и дать отстояться 2–3 часа.

Чугунный котел с округлым дном раскалить без жира, разложить куски мяса, сверху положить куски лепешки, влить оставшийся помидорный сок, плотно закрыть посуду крышкой и жарить на очень слабом огне в течение 40–45 минут, не открывая крышки.

Готовое мясо подать к столу вместе с овощным салатом.

Баранина на пару с картофелем

- *1 кг баранины*
- *6 клубней картофеля*
- *1 ч. ложка молотого тмина*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать крупными кусками, посолить и поперчить.

Картофель нарезать четвертинками.

В пароварку положить нарезанный картофель, а сверху – мясо, довести воду до кипения и варить до готовности (примерно 2 часа).

Готовые мясо и картофель выложить на блюдо и посыпать тмином.

Азу по-узбекски

- *500 г мякоти говядины*
- *4 клубня картофеля*
- *2 головки репчатого лука*
- *2 соленых огурца*
- *2 зубчика чеснока*
- *3 ст. ложки топленого масла*
- *3 ст. ложки томатной пасты*
- *1 стакан бульона*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать небольшими брусочками, обжарить в топленом масле, посолить, поперчить, добавить спассерованную томатную пасту, обжаренный лук, залить бульоном и тушить, накрыв крышкой, 30 минут.

Картофель нарезать брусочками, обжарить до полуготовности на отдельной сковороде, соединить с мясом и припущенными огурцами, нарезанными ломтиками, и тушить на медленном огне до готовности.

Готовое азу перемешать, разложить по тарелкам, посыпать зеленью и рубленым чесноком.

Барра гушт (отварная баранина по-узбекски)

- *500 г баранины*
- *2 зубчика чеснока*
- *1 ч. ложка виноградного уксуса*
- *1 пучок зеленого лука*
- *молотый шафран на кончике ножа*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо отварить, добавив в воду соль, перец и молотый шафран.

Затем нарезать порционными кусками, натереть толченым чесноком, сбрызнуть уксусом, выложить на блюдо и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Таджин с помидорами

- *500 г баранины*
- *3 кг помидоров*
- *1/2 стакана растительного масла*
- *1/2 ч. ложки молотого имбиря*
- *1/4 ч. ложки молотого шафрана*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *соль*

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать имбирем и шафраном, полить растительным маслом, влить 1/2 стакана воды и тушить до готовности.

Потом мясо из кастрюли вынуть, а в кастрюлю положить очищенные помидоры, нарезанные четвертинками, измельченную зелень и тушить, постоянно помешивая, до загустения.

За 10 минут до готовности положить в кастрюлю мясо.

* * *

В узбекской кулинарии есть более десяти видов комбинаций жира: льняное масло с говяжьим салом, хлопковое масло с бараньим салом, конопляное масло с конским салом, кунжутное масло с козьим салом, хлопковое масло с говяжьим салом, подсолнечное масло с конским салом, хлопковое масло с птичьим жиром, топленое масло с козьим жиром, оливковое масло с конским жиром и т.д.

Существуют комбинации не только двух, но и трех-четырех видов жира: хлопковое и топленое масло с говяжьим и бараньим салом и т.д.

Таджин с яблоками

- *500 г баранины*
- *3 кислых яблока*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *2 ст. ложки муки*
- *1/2 ч. ложки молотого шафрана*
- *1/2 ч. ложки молотого имбиря*
- *соль*

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать имбирем и шафраном, полить растительным маслом, влить 1/2 стакана воды и тушить до готовности.

Затем добавить очищенные половинки яблок, 1/2 стакана воды и держать на огне еще 10 минут.

За 3 минуты до готовности влить разбавленную водой муку.

Таджин с айвой

- *500 г баранины*
- *2 айвы*
- *2 ст. ложки сахара*
- *2 ст. ложки топленого масла*
- *1/2 ч. ложки молотого шафрана*
- *молотый мускатный орех на кончике ножа*
- *соль*

Айву разрезать на четвертинки, посыпать сахаром, залить небольшим количеством воды и отварить.

Мясо нарезать небольшими кусочками и обжарить в топленом масле.

Через 5 минут посолить, добавить специи, небольшое количество отвара айвы и тушить на медленном огне в течение 30 минут, после чего положить айву, влить еще немного отвара, довести до кипения и сразу же снять с огня.

Ажабсанда

- *300 г мяса*
- *100 г курдючного сала*
- *260 г картофеля*
- *250 г моркови*
- *250 г помидоров*
- *250 г репчатого лука*
- *40 г сладкого перца*
- *40 г чеснока*
- *60 г кинзы*
- *специи*
- *соль*

Для ажабсанды необходимо иметь две кастрюли – одну большую, другую поменьше.

На дно меньшей кастрюли положить нарезанный кубиками картофель, затем нарезанную соломкой морковь, сверху – слоями дольки помидоров, кружочки лука, зубчики чеснока.

Последний слой – кусочки мяса и курдючного сала. Между слоями необходимо добавить понемногу соли, черного молотого перца, кинзы и сладкого перца.

Верхний слой должен быть ниже края кастрюли на 3–4 см, иначе вытечет образовавшийся при варке сок.

Посуду с подготовленными продуктами вставить в большую кастрюлю с водой и варить при закрытой крышке, чтобы не выходил пар. По мере выкипания воду подлить.

Варить ажабсанду не менее 2 часов. Чем больше она варится (5–6 часов), тем вкуснее становится.

Баранина, тушенная с курагой и изюмом

- *1 кг баранины*
- *500 г кураги*
- *1 стакан изюма*
- *3 помидора*
- *4 головки репчатого лука*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки корицы*
- *1/2 ч. ложки молотого душистого перца*
- *соль*

Курагу и изюм залить теплой водой и оставить на 30 минут.

Помидоры очистить от кожицы и мелко нарезать, лук измельчить.

Мясо нарезать порционными кусками, смешать с помидорами, луком, добавить растительное масло, душистый перец, посолить, влить 1 стакан воды и тушить примерно 1 час.

За 20 минут до готовности добавить курагу, изюм и корицу.

Жаркое по-восточному

• 500 мл растительного масла
• 2 кг бескостной говядины
• 400 г репчатого лука
• 500 г сладкого перца
• 600–700 г помидоров
• 2 кг картофеля
• специи (соль, красный молотый жгучий перец, черный молотый перец, ажгон)
• 6 долек чеснока
• 30 г кинзы

Охлажденное мясо разрезать на несколько крупных (по 200 г) кусков, чтобы оно имело вид «прямоугольных брусочков».

Лук почистить и нарезать полукольцами. Чеснок также почистить. Сладкие перцы (лучше разных цветов) осторожно, не ломая сам плод, очистить от плодоножек, нарезать толстыми кольцами. Картофель почистить, помыть и нарезать брусочками. Нарубить чеснок, промыть свежую кинзу и мелко нарезать.

Налить в казан масло, обжарить во фритюре картофель и выложить его на широкое круглое блюдо.

В том же масле обжарить куски мяса, добавить лук, соль, перец и перемешать. Закрыть крышкой и тушить 10 минут. После истечения этого времени залить в казан 1 л кипятка, когда содержимое казана закипит, убавить огонь и накрыть крышкой. Готовить 1 час, затем добавить специи.

Перец заложить сверху на мясо. Помидоры помыть, вырезать маленьким и острым ножом круговыми движениями плодоножки и целиком уложить в казан, притопив их слегка (наполовину).

Закрыть крышкой и держать на огне 25 минут.

Готовое кушанье выложить в касы и посыпать чесноком и кинзой.

* * *

Жареные куски мяса будут вкуснее, если сковородку предварительно разогреть на сильном огне, растопить на ней масло и лишь после этого положить мясо (иначе из него будет вытекать сок, и оно получится менее сочным и вкусным).

Жаркое с макаронами

- *500 г макарон*
- *250 г мяса*
- *100 г жира*
- *150 г репчатого лука*
- *100 г моркови*
- *150 г картофеля*
- *150 г помидоров или 3 ст. ложки томатной пасты*
- *1/2 пучка зеленого лука, кинзы или укропа*
- *соль*
- *специи*

Макароны спустить в кипящую подсоленную воду. Сваренные макароны промыть 2–3 раза в холодной воде.

В разогретом жире обжарить нарезанный кольцами лук и мясо, нарезанное кусками. Затем положить помидоры или томатную пасту и тушить 5–6 минут.

Морковь нарезать соломкой, а картофель – брусочками и все положить в котел, добавить отваренные макароны и несколько раз перемешать.

После этого налить немного воды, посолить, посыпать специями и закрыть котел крышкой. Тушить на слабом огне около 15 минут.

При подаче на стол жаркое переложить на блюдо, посыпать зеленым луком, кинзой или шивитом (огородный укроп).

Каурма (жареная баранина)

- *480 г баранины*
- *80 г жира*
- *900 г картофеля*
- *45 г томатной пасты*
- *15 г муки*
- *60 г репчатого лука*
- *специи*
- *зелень*
- *соль*

Мясо нарезать кусочками, обжарить вместе с нашинкованным луком, после чего добавить томатную пасту, муку и продолжать жарить.

Затем залить бульоном и тушить.

Во время тушения положить картофель, нарезанный кубиками, заправить солью, специями и довести до готовности.

Нарханги

- *250 г мяса*
- *100 г курдючного сала*
- *250 г моркови*
- *250 г репчатого лука*
- *250 г помидоров*
- *250 г картофеля*
- *50 г укропа*
- *50 г кинзы*
- *10 г чеснока*
- *20 г сладкого перца*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать мелкими кубиками, посолить, обжарить в перекаленном курдючном сале до полуготовности.

Затем на него положить слоями измельченные овощи в следующей последовательности: лук, морковь, помидоры, укроп, кинза, чеснок, сладкий перец, картофель.

Поперчить, добавить соль, влить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на очень слабом огне в течение 2 часов.

Баранья печень под чесночным соусом

• *400 г бараньей печени*
• *2 ст. ложки бараньего жира*
• *черный молотый перец*
• *соль*

Для соуса:

• *3 зубчика чеснока*
• *3 ст. ложки сливочного масла*

Для приготовления соуса сливочное масло растопить, добавить толченый чеснок и хорошо перемешать.

Печень нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить и обжарить на смазанной жиром решетке, после чего выложить на блюдо и полить чесночным соусом.

Лахчак

- *200 г говядины*
- *3 головки репчатого лука*
- *1 зубчик чеснока*
- *1 стакан муки*
- *1 ст. ложка томатной пасты*
- *1 ч. ложка топленого жира*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Из муки и воды замесить крутое тесто, раскатать его в пласт, нарезать небольшими квадратиками и отварить в подсоленной воде.

Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить в раскаленном топленом жире, добавить измельченный лук, толченый чеснок, томатную пасту, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Через 5 минут добавить клецки, еще раз перемешать и снять с огня.

Гуруч-хасиб (колбаса из бараньей селезенки и риса)

- *1 баранья кишка*
- *300 г бараньей селезенки*
- *1 1/2 стакана отварного риса*
- *1 пучок укропа*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Рис тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на 1 час. Затем смешать его с мелко нарезанной селезенкой, посолить, поперчить по вкусу и добавить 1/2 стакана воды.

Полученным фаршем начинить подготовленную кишку, завязать оба ее конца прочной ниткой, положить в пароварку и варить в течение 1 часа.

Перед подачей на стол готовую колбасу нарезать тонкими ломтиками и посыпать мелко нашинкованной зеленью укропа.

Бехили жаркоп (жаркое с айвой)

- *200 г айвы*
- *500 г баранины или говядины*
- *150 г репчатого лука*
- *50 г кинзы*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мякоть жирной баранины или говядины нарезать небольшими кусочками.

Добавить нарезанный кольцами лук, соль, черный молотый перец, рубленую зелень, все перемешать.

Из айвы удалить сердцевину, затем нарезать дольками.

На дно кастрюли положить кусочки мяса, сверху – дольки айвы, добавить немного воды, закрыть крышкой и тушить на слабом огне около часа, не размешивая.

При подаче на стол готовое блюдо посыпать зеленью.

Жагир-вугир (печень жареная с почками)

- *200 г курдючного сала*
- *300 г мяса*
- *1 печень*
- *2 почки*
- *1 сердце*
- *250 г репчатого лука*
- *500 г картофеля*
- *250 г помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *1 лавровый лист*
- *соль*
- *специи*

Растопить курдючное сало, спассеровать в нем лук. Положить в котел мясо, печень и почки, нарезанные ломтиками. Готовить до полуготовности.

Затем положить кубики картофеля и помидоры (томатную пасту), лавровый лист. Посыпать солью, перцем и закрыть крышкой. Томить на слабом огне 30 минут.

Почки жареные

- *500 г бараньих почек*
- *100 г масла*
- *150 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*

Бараньи почки разрезать вдоль на две половинки, снять верхнюю пленку и жир, промыть в проточной воде, осушить салфеткой, посыпать мелкой солью и обжарить на раскаленном жире докрасна.

Затем почки подать на стол вместе с салатами или луком, полить виноградным уксусом.

Ковурилган жигар (печень тушеная)

- *500 г печени*
- *100 г жира*
- *300 г репчатого лука*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Печень нарезать ломтиками весом по 8–10 г. В котле разогреть жир, обжарить лук, затем положить печенку и жарить.

Когда печенка пережарится, посыпать перцем, посолить, налить полстакана воды, закрыть котел крышкой и тушить в течение 10 минут.

Колбаса из баранины

• *1 баранья кишка*

• *по 200 г бараньей вырезки, бараньего сердца, бараньей печени и курдючного сала*

• *2 головки репчатого лука*

• *черный молотый перец*

• *соль*

Вырезку, сердце и печень пропустить через мясорубку, соединить с нарубленным курдючным салом и измельченным луком, поперчить, посолить, добавить 0,5 стакана воды (фарш должен быть жидким) и хорошо перемешать.

Подготовленную кишку начинить фаршем, оба конца завязать прочной ниткой, проткнуть в нескольких местах иглой и варить в подсоленной воде до готовности (примерно 1 час).

Жаркоп

- *500 г мяса*
- *300 г картофеля*
- *200 г жира*
- *150 г репчатого лука*
- *250 г моркови*
- *350 г помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *соль*
- *специи*

Мелкие кусочки баранины (по 10–15 г) обжарить на жире на сильном огне с морковью и луком.

Затем добавить помидоры или томатную пасту, специи и воду, довести до кипения, положить картофель, нарезанный кубиками, и довести до готовности.

При подаче посыпать зеленью.

* * *

На горных склонах Узбекистана произрастает дикий лук (пиёз ансур), очень жгучий и с едким чесночным запахом. Его собирают, очищают и в течение многих дней выдерживают в растворе соли, затем заливают виноградным уксусом и маринуют.

Пиёзи анзур очень богат различными витаминами, минеральными солями, эфирными маслами, микроэлементами и бактерицидными веществами – фитонцидами.

Пиёзи анзур нарезать специальным деревянным ножом из твердой породы дерева на мелкие кусочки и подавать к плову в зимний период.

Хасиб (колбаса из субпродуктов)

- *500 г кишок*
- *200 г легкого (или селезенки)*
- *200 г сердца*
- *50 г сала*
- *3 головки репчатого лука*
- *1 стакан риса*
- *1/2 пучка зелени кинзы*
- *тмин на кончике ножа*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Рис отварить по полуготовности в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, смешать с мелко нарезанными субпродуктами, салом, луком, зеленью кинзы, посолить, поперчить, добавить тмин.

Полученным фаршем начинить хорошо промытые кишки и отварить до готовности (примерно 40 минут).

Подавать хасиб с бульоном или гарниром.

Хасиб из говядины с редькой

- *300 г жирной говядины*
- *400 г говяжьих кишок*
- *1/2 редьки*
- *2 головки репчатого лука*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 пучка зелени петрушки*
- *1/4 ч. ложки красного молотого перца*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо вместе с луком пропустить через мясорубку, смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки, посолить, поперчить.

Кишки хорошо промыть, начинить полученным фаршем, концы завязать прочной ниткой, придать колбаске форму полумесяца и обжарить в растительном масле.

Готовый хасиб подавать горячим с гарниром из тертой свежей редьки.

* * *

Освежить зелень петрушки, сельдерея или укропа можно, положив их на час в холодную воду, к которой добавлен уксус (2 ч. ложки на 1 стакан воды); однако от этого в зелени станет меньше витаминов и питательных веществ. Освежить немного увядший зеленый салат можно, опустив его на несколько минут в теплую воду.

Хасиб, жаренный с овощами

- *500 г хасиба*
- *100 г бараньего сала*
- *5 сладких перца*
- *2 головки репчатого лука*
- *1 ст. ложка столового уксуса*
- *1 ст. ложка аджики*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Хасиб и сало нарезать крупными кусками, сладкие перцы – вдоль на четвертинки, лук – крупными кольцами.

Нанизать подготовленные ингредиенты вперемешку на шампуры, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом и обжарить над углями.

После этого выложить на блюдо, обмазать аджикой и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Товук ковурма (жаркое с курицей)

- *1 кг курицы*
- *200 г репчатого лука*
- *500 г картофеля*
- *100 мл растительного масла*
- *1 ст. ложка томатной пасты или 300 г свежих помидоров*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Тушку курицы после обработки нарезать на порционные куски, посыпать солью и отставить.

Раскалить в котле масло, обжарить в нем лук, кусочки курятины, положить томатную пасту или нарезанные свежие помидоры, также слегка поджарить.

Потом залить водой и тушить на слабом огне. Картофель нарезать кружочками толщиной в 1 см, положить в котел, закрыть крышкой и довести до полной готовности.

Перед подачей на стол разложить в тарелки, посыпать рубленой зеленью и черным молотым перцем.

Куен гушти (жареный кролик по-узбекски)

- *1 тушка кролика*
- *4 стакана растительного масла*
- *2 головки репчатого лука*
- *1 пучок измельченной зелени петрушки*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *соль*

Тушку кролика разрубить на порционные кусочки, посолить и обжарить в растительном масле. Затем выложить на противень, поперчить, посыпать мелко нарезанным луком и запекать в духовке, разогретой до 200°С, в течение 20 минут.

Готового кролика выложить на блюдо и посыпать нарубленной зеленью.

Тухум-хасиб (колбаса из риса по-узбекски)

- *1 баранья кишка*
- *1 1/2 стакана отварного риса*
- *20 яиц*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Яйца взбить с солью, смешать с отварным рисом и мелко нарезанной зеленью петрушки, посолить и поперчить.

Полученным фаршем начинить баранью кишку и оба ее конца завязать прочной ниткой.

Колбасу залить водой, поставить на огонь, довести до кипения, проткнуть ее иглой в нескольких местах и варить в течение 30 минут.

Товук буглама (фаршированная курица на пару)

- *1 курица*
- *300 г мясного фарша*
- *2 айвы*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 ст. ложка свежего лимонного сока*
- *черный молотый перец по вкусу*
- *соль*

Мясной фарш, измельченный лук и мелко нарезанную айву перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Курицу тщательно промыть, посолить, поперчить, начинить полученным фаршем, положить в пароварку и варить в течение 3 часов.

Готовую курицу выложить на блюдо и сбрызнуть лимонным соком.

Курица, тушенная с морковью

- *600 г мяса курицы*
- *1 кг моркови*
- *1 зубчик чеснока*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *сок и кожура 1 лимона*
- *соль*

Мясо курицы нарезать порционными кусками, посолить, смешать с толченым чесноком, полить растительным маслом, добавить 1 стакан воды, поставить на огонь и довести до кипения.

Затем все хорошо перемешать, сверху положить нарезанную мелкой соломкой очищенную морковь и тушить до готовности.

При необходимости воду можно доливать, чтобы сохранить первоначальный объем жидкости.

За 10 минут до готовности положить в кастрюлю нарезанную небольшими кусочками лимонную кожуру и влить лимонный сок.

Готовую курицу выложить на сервировочное блюдо так, чтобы морковь оказалась сверху.

* * *

Чтобы на мясе дичи при жаренье образовалась аппетитная корочка, его сначала смазывают сметаной, а потом обжаривают со всех сторон в сильно нагретой жаровне. Время жаренья зависит от величины тушки.

Куриные потроха с рисом

- *500 мл куриного бульона*
- *500 г куриных потрохов*
- *1 стакан риса*
- *2 моркови*
- *2 большие головки репчатого лука*
- *5 ст. ложек сливочного масла*
- *1 ст. ложка томатной пасты*
- *красный молотый перец по вкусу*
- *соль*
- *лавровый лист*

Куриные потроха нарезать небольшими кусочками и обжарить в растопленном сливочном масле.

Затем добавить нашинкованный лук, нарезанную маленькими кубиками морковь, томатную пасту, лавровый лист, посолить, поперчить, залить куриным бульоном и тушить 20 минут.

Потом добавить вареный рис, довести до кипения, хорошо перемешать, влить растопленное сливочное масло, накрыть крышкой и поставить в предварительно разогретую духовку на 30 минут.

Куропатка, тушенная с айвой

- *400 г мяса куропатки*
- *1–2 айвы*
- *2 моркови*
- *3 ст. ложки оливкового масла*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Мясо куропатки нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и положить в холодильник на 2 часа.

Айву очистить, разрезать на половинки, удалить сердцевину и нарезать дольками. Морковь натереть на крупной терке.

Мясо, морковь и айву в течение 10 минут обжаривать в оливковом масле, потом добавить 0,5 стакана воды, накрыть крышкой и тушить до готовности.

Каклик ковурма (жаркое из куропаток)

- *2–3 куропатки*
- *500 г жира*
- *150 г репчатого лука*
- *60 г моркови*
- *200 г помидоров*
- *200 г картофеля*
- *1 пучок кинзы*
- *соль*
- *красный молотый перец по вкусу*

Куропаток ошпарить кипятком, очистить, каждую разрезать на четыре части, положить в разогретое масло и обжарить со всех сторон.

Затем переложить в другую посуду и залить водой.

Добавить мелко нашинкованный лук, морковь, помидоры, картофель, соль, красный перец и поставить на слабый огонь.

Варить в течение 20–25 минут.

Куропаток переложить на блюдо, посыпать кинзой и подать к столу.

Ведана-ковурма (жаркое из перепелок)

- *8 перепелок*
- *500 г масла*
- *200 г репчатого лука*
- *60 г моркови*
- *200 г помидоров*
- *200 г картофеля*
- *1 пучок кинзы*
- *соль*
- *красный молотый перец*

Тушки перепелок перед ощипыванием поместить на 1 минуту в горячую воду.

Ощипывание начать с шеи, вырывая по нескольку перышек сразу в направлении, противоположном их естественному росту, и растягивая рукой кожу птицы, чтобы не повредить ее.

Затем опалить тушки над пламенем, удалить потроха, промыть, отрубить головки и шейки, оставив часть кожи, покрывающей шейку с грудной стороны.

Ножки отрубить на 1–2 см ниже пяточного сустава, крылышки – по первый сустав.

Крылышки заправить в «кармашек», подвернув их к спинке, на брюшке надрезать кожу и вправить в эти разрезы ножки, кожей шейки закрыть зобную часть.

Посолить и в целом виде поджарить в масле.

Затем переложить в другую посуду и залить водой.

Добавить мелко нашинкованный лук, морковь, помидоры, картофель, соль, красный перец, поставить на слабый огонь и варить до готовности.

Перепелка фаршированная

- *12 перепелок*
- *400 г баранины*
- *180 г репчатого лука*
- *1 яйцо*
- *по 30 г кинзы и зиры*
- *соль*
- *черный и красный перец*

Тщательно ощипать перепелку, опалить и осторожно выпотрошить.

Затем тщательно промыть в холодной воде и обрубить лапки. Положить тушку на 1 час в раствор, приготовленный из соли и красного перца.

Жирную баранину пропустить через мясорубку или мелко порубить ножом.

Добавить мелко нашинкованный репчатый лук, сырое яйцо, посыпать зирой, черным молотым перцем и мелко нашинкованной зеленью кинзы.

Всю эту массу хорошо перемешать.

Полученным фаршем нафаршировать перепелок.

Затем аккуратно выложить их в манты-каскан и варить на пару в течение 35–40 минут до готовности.

Перепелки по-крестьянски

- *10 перепелок*
- *1 ч. ложка соли*
- *2 ч. ложки черного молотого перца*
- *зира*
- *кориандр*

Обработанные тушки положить в теплую соленую воду на 1 час, осушить салфеткой и отставить. Соль, черный перец, зиру, кориандр смешать, истолочь и просеять через сито.

Этой смесью потереть тушки перепелок, завернуть в пергаментную бумагу, уложить на противни газовой духовки, полить водой, чтобы не сгорела бумага, и печь в течение 35–40 минут.

Следить за тем, чтобы вода не испарилась, и ложечкой поливать поверх обертки.

Кабобы

Пусть не сгорит ни вертел, ни шашлык

Узбекская пословица

Узбекский шашлык (кабоб) отличается от кавказского. Он обычно готовится из мяса, печенки, почек, курдюка, других мясных продуктов.

По способу приготовления их можно разделить на сих кабоб (шашлыки на палочках), титрама кабоб, козон кабоб (шашлык в казане), кийма кабоб (шашлык из рубленого и фаршированного мяса), парранда кабоб (шашлык из дичи), помидор кабоб (шашлыки из помидоров или других овощей), думбул кабоб (мясо-стейк) и др.

Среди огромного множества разновидностей шашлыков особое место занимает тандыр кабоб. Он, как правило, готовится практически во всех регионах страны, но наиболее изысканное и пикантное приготовление этого блюда можно встретить в Кашкадарьинских и Сурхандарьинских областях.

На Востоке кабоб – самое распространенное блюдо на всякого рода мероприятиях, и готовится он везде по-разному: с жареным, вареным картофелем, репой, овощами, сухофруктами и так далее. В общем – с гарниром.

Самая главная особенность данного блюда в мясе. Точнее – в его тщательном обжаривании и в дальнейшем тушении. А если быть еще точнее – мясо следует довести до такого идеального состояния готовности, когда оно тает во рту, а не жуется.

И вместе с тем – и это самое главное и трудное – суметь сохранить его объем и форму, чтобы оно имел привлекательный вид, неповторимый вкус и цвет. Если его немного перетушить, то оно не только потеряет свою форму (будет распадаться на многочисленные кусочки и волокна), но и потеряет окончательно вкус.

Шашлык, обернутый в сальную пленку

- *1 кг баранины*
- *300 г репчатого лука*
- *пленка нутряного сала 1 барана*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *семена кинзы*
- *4 ст. ложки виноградного уксуса*

Мякоть баранины нарезать кусочками по 10–12 г, посолить, посыпать молотым красным или черным перцем, добавить мелко нарезанный лук, семена кинзы и виноградный уксус, все перемешать.

Чтобы баранина лучше промариновалась, сложить ее в посуду, положить сверху груз, накрыть марлей и поставить в холодное место на несколько часов (от 4 до 24 часов).

Мясо из маринада нанизать на шпажку и, чтобы сохранить в мясе сок, плотно обернуть пленкой нутряного сала, предварительно намазав на одну сторону пленки жидкое тесто (мука, разведенная в яйце).

При этом сало должно быть нарезано на четырехугольные куски шириной 4 см, длиной 15–17 см.

Шашлык по-кокандски

- *300 г баранины*
- *300 г печени*
- *300 г почек*
- *соль*
- *зира*
- *кориандр*

Мякоть свежей баранины, печенку и почки нарезать на кусочки величиной с грецкий орех, посыпать толченными вместе с солью специями и сразу, без маринования, нанизать на специальный вилкообразный трехрожковый шампур с короткой деревянной ручкой: на один рожок – кусочки мяса, на другой – печени и на третий – почек.

Жарить над горящими древесными углями сначала с одной, а затем с другой стороны до готовности.

Подать на стол, положив на большую лепешку, гарнировать кольцами лука.

Отдельно подать салат из помидоров.

Шашлык по-узбекски

- *1 кг баранины*
- *100 г курдючного сала*
- *500 г репчатого лука*
- *100 г пшеничной муки*
- *150 г зелени петрушки*

Для маринада:

- *10 г аниса*
- *150 г репчатого лука*
- *10 г красного перца*
- *100 мл уксуса*
- *соль*

Баранину, нарезанную мелкими кусочками, пересыпать нашинкованным репчатым луком, залить маринадом, перемешать и поставить в холодное место на 3–4 часа.

Затем мясо нанизать на шпажку, на конец которой насадить кусок курдючного сала, посыпать луком и обжарить над раскаленными углями.

Подавать шашлык с луком и зеленью.

Шашлык из рубленого мяса

- *1 кг мякоти баранины*
- *200 г репчатого лука*
- *1 яйцо*
- *3 ст. ложки муки*
- *красный молотый перец*
- *соль*

Жирную баранину два раза пропустить через мясорубку. В фарш добавить сырое яйцо, красный перец, соль, все хорошо перемешать, добавить мелко нашинкованный лук.

Затем придать фаршу вид сарделек, нанизать на шпажки, посыпать мукой и жарить на углях, как обыкновенный шашлык.

Рубленый шашлык подают в тарелках с мелко нашинкованным луком, свежими помидорами или салатом из граната и лука.

* * *

Мясо надо кратко промывать в проточной воде, а не замачивать, тогда оно будет более сочным и вкусным.

Шашлык из утки

- *400 г мяса утки*
- *3 головки репчатого лука*
- *1 ст. ложка столового уксуса*
- *1/4 ч. ложки красного молотого перца*
- *соль*

Утку нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом, смешать с нарезанным крупными кольцами луком и поставить в холодильник на 3 часа.

Маринованную утку и лук нанизать на шпажки и обжарить над углями.

Готовый шашлык снять со шпажек, выложить на блюдо и снова сбрызнуть уксусом.

Шашлык из цыпленка

- *1 цыпленок*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 ст. ложка столового уксуса*
- *1 пучок зелени кинзы*
- *1/4 ч. ложки молотого шафрана*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Подготовленного цыпленка нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, посыпать шафраном, смешать с нарезанным крупными кольцами луком, сбрызнуть уксусом и поставить в холодильник на ночь.

Замаринованные куски цыпленка и кольца лука нанизать на шампуры и обжарить над углями до готовности.

Готовый шашлык сбрызнуть уксусом и посыпать измельченной зеленью кинзы.

Сих кабоб (шашлык)

- *1 кг баранины или говядины*
- *300 г репчатого лука*
- *1 ч. ложка соли*
- *красный или черный молотый перец*
- *зернышки кинзы (кориандр)*
- *4 ст. ложки виноградного уксуса*

Мякоть баранины или говядины нарезать кусочками по 10–12 г, посолить, посыпать молотым красным или черным перцем, добавить мелко нарезанный лук, семена кинзы и виноградный уксус, все перемешать.

Чтобы баранина лучше промариновалась, сложить ее в эмалированную или фарфоровую посуду, положить сверху груз, накрыть марлей и поставить в холодное место на несколько часов (от 4 до 24 часов).

Затем мясо из маринада нанизать по 6 кусочков на шпажки (последним должен быть кусочек сала), жарить над горящими углями до образования красной корочки. Чтобы мясо прожарилось равномерно, время от времени поворачивать шпажки.

Готовый шашлык подать к столу с мелко нашинкованным луком, заправленным тмином.

Казан кабоб из домашней птицы

- *1 курица (гусь, индейка, утка)*
- *150 г репчатого лука*
- *1 стручок красного перца*
- *ветка райхана*
- *1 пучок кинзы*
- *1 пучок укропа*
- *100 мл воды*
- *соль*

Домашнюю птицу разделить на порционные куски, промыть и, посыпав мелкой солью, отставить.

В котле перекалить масло, положить послойно куски мяса, нарезанный лук вместе с душистой зеленью, затем еще слой мяса и лука и т.д.

Залить небольшим количеством воды. Плотно закрыть крышкой и томить на очень слабом огне в течение 1 часа.

Готовое блюдо подать к столу с солеными или свежими помидорами, огурцами, редиской или редькой.

Титрама кабоб (шашлык особый)

- *1 кг баранины*
- *150 г репчатого лука*
- *1 головка чеснока*
- *200 г свежих помидоров*
- *1 пучок кинзы*
- *1 пучок укропа*
- *1 пучок петрушки*
- *веточка райхана*
- *веточка жамбила*
- *2 ч. ложки кориандра*
- *1 ч. ложка зиры*
- *1 ч. ложка перца*
- *1 ч. ложка соли*

Окорочную часть и корейку баранины вместе с реберными костями разделить на кусочки весом по 50–60 г. Посыпать мясо мелкой солью и положить в эмалированную посуду.

Этот шашлык маринуется соком овощей и зелени.

Для этого очистить лук и чеснок, вымыть помидоры, пропустить через мясорубку вместе с кинзой, укропом, петрушкой и листьями райхана, жамбила и других душистых трав.

Перемешать образовавшуюся зеленую массу с мясом, добавить кориандр, зиру и черный молотый перец и поставить в прохладное место на 1 час.

После этого нанизать по 5–6 шт. на шпажки и обжарить над горящими углями.

Подать шашлык на стол со свежими овощами или кислыми фруктами (гранат, слива или недозрелый урюк и т.д.).

Казан кабоб (шашлык, приготовленный в котле)

- *700 г мяса*
- *500 г репчатого лука*
- *100 г укропа или кинзы*
- *1 стручок красного перца*
- *соль*

Баранину или говядину нарезать небольшими кусками, посолить. Нашинковать лук кольцами, добавить немного укропа или кинзы. В котел положить сначала один слой мяса, сверху слой лука, затем второй слой мяса и лука и т.д.

Затем котел плотно закрыть крышкой, поставить на очень слабый огонь, тушить в течение 2 часов. Чтобы улучшить вкус шашлыка, положить стручок красного перца, разделенного пополам.

К шашлыку подать мелко нарезанный лук с черным перцем.

* * *

После потрошения дичь следует 1–1,5 часа выдержать в холодной воде.

Сых-кабоб

- *500 г баранины*
- *100 г репчатого лука*
- *20 мл 9%-ного уксуса*
- *соль*
- *перец*

Подготовленную баранину нарезать небольшими кубиками, ребрышки нарубить длиной 3–4 см. перемешать с нашинкованным кольцами луком, приправить солью, перцем и уксусом.

Сложить в фарфоровую или эмалированную посуду, сверху поставить груз и выдерживать в течение 3–4 часов.

Затем нанизать мясо на шпажки и жарить над раскаленными углями. К столу подавать с помидорами, гранатовым соком или салатом из лука и граната.

Буглама кабоб

- *1 кг баранины или говядины*
- *800 г репчатого лука*
- *черный молотый перец*
- *лавровый лист*
- *виноградный уксус*
- *соль*

Мясо (окорок, грудинку) нарезать ломтиками, ребра порубить на небольшие куски, перемешать с мелко нарезанным луком, черным молотым перцем, лавровым листом, солью, добавить уксус и оставить на несколько часов, чтобы мясо промариновалось.

В большой котел или кастрюлю налить немного горячей воды и опустить в нее посуду с маринованным мясом.

Котел плотно закрыть и поставить на умеренный огонь на 2–3 часа.

Необходимо следить за тем, чтобы вода не выкипела раньше, чем мясо сварится на пару.

* * *

Сырое и вареное мясо нужно обязательно разделывать на разных разделочных досках. Деревянные доски после покупки должны быть несколько раз обильно смазаны подсолнечным маслом для хорошей пропитки (подсолнечное масло – полимеризующееся, в отличие от оливкового) и затем просушены 2–3 дня при комнатной температуре.

Чупон кабоб

- *1 кг мяса (вырезки)*
- *250 г репчатого лука*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *зира*
- *4 ст. ложки виноградного уксуса*

Вырезку говяжью, баранью или джейрана нарезать полосками длиной 10–15 см, шириной 3 см.

Отбить каждый кусок деревянной колотушкой, немного помять.

Затем положить их в эмалированную или фарфоровую посуду, посолить, посыпать черным молотым перцем, мелко нашинкованным луком, зирой, полить виноградным уксусом.

Чтобы мясо хорошо промариновалось, сверху положить груз и выдержать несколько часов.

Перед жареньем каждый кусок мяса надеть на металлический вертел и жарить над углями без пламени, до образования румяной корочки.

Шашлык, приготовленный в тандыре

- *700 г мяса*
- *4 ст. ложки муки*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *1 ч. ложка толченой зиры*
- *соль*

Баранину или говядину (окорок или другая нежирная часть) нарезать на куски весом по 100–150 г толщиной 2–3 см.

Мясо опустить в соленую воду, затем слегка обвалять в муке, смешанной с черным молотым перцем и толченой зирой.

Подготовленное таким образом мясо налепить на стенки тандыра и жарить до тех пор, пока оно не зарумянится.

Затем собрать все угли в кучу, прикрыть золой и тандыр закрыть крышкой примерно на 10–15 минут.

Ижжан кабоб (жареный фарш по-хорезмски)

- *1 кг мякоти баранины*
- *200 г репчатого лука*
- *1 яйцо*
- *1 стакан кукурузной муки или толченных сухарей*
- *специи*
- *соль*

Мясо два раза пропустить через мясорубку. В фарш добавить сырое яйцо, специи, соль, все хорошо перемешать, добавить нашинкованный лук.

Сформовать биточки толщиной в 1 см, панировать толчеными сухарями или кукурузной мукой.

Раскалить жир на сковороде и обжарить биточки с обеих сторон докрасна.

Жигар кабоб (шашлык из печенки)

- *1 кг печенки*
- *300 г лука*
- *200 г муки*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Печенку нарезать кусочками по 10–15 г, посыпать мелкой солью, обвалять в муке, нанизать по 5–6 кусочков на шпажки. Жарить над горящими углями до образования красной корочки.

Чтобы печень прожарилась равномерно, время от времени поворачивать шпажки.

Перед подачей на стол готовый шашлык положить на тарелки, посыпать луком, солью и черным перцем.

Думба-жигар кабоб (шашлык из курдючного сала и печенки)

- *500 г печенки*
- *500 г курдючного сала*
- *300 г муки*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Печенку нарезать кусочками по 10–15 г, посыпать солью, обвалять в муке. Нанизать на шпажки, чередуя кусочки печенки с кусочками курдючного сала.

Жарить над горящими углями до образования красной корочки. Чтобы печень прожарилась равномерно, время от времени поворачивать шпажки.

Чарви кабоб

- *нутряное сало 1 барана*
- *1 ч. ложка соли*
- *черный молотый перец*
- *250 г репчатого лука*

Нутряное баранье или говяжье сало нарезать на четырехугольные полоски шириной 4 см, длиной 10 см, посыпать мелкой солью и молотым черным перцем.

Каждую полоску свернуть в круг и нанизывать перед жареньем на шпажку вперемежку с кружочками репчатого лука. Жарить на жаровне.

Перепелки на вертеле

- *6 перепелок*
- *50 г топленого масла*
- *4 ст. ложки муки*
- *1 ч. ложка молотой зиры*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *соль*

Перепелок очистить, помыть, положить на 10–15 минут в подсоленную воду.

Затем нанизать на вертел, обмакнуть в растопленное масло, посыпать молотой зирой, черным перцем, мукой и жарить над углями, переворачивая время от времени, до образования румяной корочки.

Если из мяса начнет выделяться сок, необходимо присыпать мукой.

Перепелок подать в тарелках, не снимая с вертела.

Хасип кабоб (сосиски из сбоя на вертеле)

- *1 баранья кишка*
- *700 г баранины*
- *200 г курдючного сала*
- *250 г репчатого лука*
- *черный молотый перец по вкусу*
- *соль*
- *50 г топленого масла*

Курдючную и бедренную часть мякоти баранины пропустить вместе с луком через мясорубку или порубить тяпкой.

Добавить немного соленой воды, посыпать черным перцем. Очищенную баранью кишечную оболочку нарезать на куски длиной по 10–15 см.

Один конец завязать, через второй положить фарш и перевязать.

Нанизать на вертел по одной колбаске и жарить над углями.

Чтобы колбаски не лопнули, в процессе жарки необходимо смазывать их топленым маслом.

Блюда из рыбы

Где рыба, там и рыбак

Узбекская пословица

Существует ложное представление, что узбеки по натуре своей не рыбаки и не любят рыбные блюда. На самом деле это не так. Да, к завозной морской и океанической рыбе жители Узбекистана так и не привыкли, но свою пресноводную всегда готовили и ели с удовольствием.

Иначе и не могло быть в стране, в которой расположено крупнейшее в Средней Азии озеро – Аральское море (площадь 66 тыс. кв. км), а ее реки и озера занимают 4,92% территории страны. Самые крупные реки республики (и всей Средней Азии) – Амударья и Сырдарья. Они, как и их притоки, берут начало вне пределов Узбекистана.

Многообразие обитателей узбекских естественных и искусственных водоемов поражает. Среди пресноводных рыб Узбекистана есть представители разных семейств: и осетровые (лжелопатонос), и сельдевые (салака), и лососевые (радужная форель, амударьинская форель, аральский лосось), и сиговые (лудога, пелядь), и, конечно, щуковые. Наиболее представлены в узбекских водоемах рыбы семейства карповых: речная абботтина, аральская белоглазка, восточный лещ, восточная быстрянка, ташкентская верховодка, полосатая быстрянка, пестрый толстолобик, аральский красногубый жерех, аральский усач и другие. К этому перечню местных рыб можно добавить хорошо знакомые российским рыболовам плотву, красноперку, судака, гольца, ерша, окуня, сазана.

В одном только Аральском море до 1970-х обитало 34 вида рыб. Конечно, рыбные ресурсы этого уникального озера не безграничны, но и сегодня улова хватает, чтобы обеспечить работой 5 рыбозаводов, 1 рыбоконсервный комбинат на территории Каракалпакстана.

В Узбекистане разработана программа по разведению местных видов рыб в прудовых хозяйствах в Каракалпакстане, Самаркандской, Ферганской и Навоийской областях.

Так что приготовить национальное рыбное блюдо в Узбекистане есть из чего.

Рыба на вертеле

- *1 кг рыбного филе*
- *50 г сливочного масла*
- *соль*
- *красный молотый перец*

Филе осетрины, белуги, сома или севрюги опустить в кипяток, затем нарезать на куски по 50–60 г, нанизать на шпажку, смазать сливочным маслом, посолить, посыпать красным перцем и жарить, как шашлык, над раскаленными углями до образования румяной корочки.

При подаче на стол рыбу снять со шпажки, выложить на блюдо.

Рыба паровая

- *1 кг рыбы*
- *1 кг репчатого лука*
- *50 мл растительного масла*
- *30 горошин черного перца*
- *лавровый лист*
- *50 г укропа*
- *соль*

Сома, сазана, карпа очистить, нарезать кусками по 100–150 г, положить на 1 час в соленую воду.

В кастрюле разогреть немного жира, убавить огонь, положить нарезанный лук, сверху рыбу, затем еще слой лука и рыбы и так далее.

На каждый слой положить по 1 лавровому листику, по нескольку горошинок черного перца, по горсточке рубленого укропа.

После этого кастрюлю плотно закрыть крышкой, чтобы не выходил пар.

Тушить рыбу на слабом огне в течение 2 часов.

Рыба жареная

- *1 кг рыбы*
- *200 г пшеничной муки*
- *900 мл хлопкового или растительного масла*
- *соль*

Любую свежую рыбу (кроме сельди, салаки, кильки) очистить от чешуи, выпотрошить, промыть в холодной воде, нарезать на куски, замочить в соленой воде на 1 час.

Затем куски рыбы вынуть, дать стечь воде, обвалять в муке и жарить в сильно раскаленном фритюре до золотисто-коричневой корочки.

Рыба жареная с помидорами

- *500 г сома*
- *2 ст. ложки сухарей*
- *4 ст. ложки топленого масла*
- *500 г помидоров*
- *черный молотый перец*
- *соль*
- *зелень по вкусу*

Рыбу разделать на филе с кожей без костей, нарезать на куски, посолить, поперчить, запанировать в сухарях и обжарить в масле до золотистой корочки. Затем довести до готовности в духовке.

Помидоры промыть и обжарить в масле.

Подать жареную рыбу, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки, кинзы, а сверху положить помидоры.

Рыба тушеная

- *1 кг рыбы*
- *150 г репчатого лука*
- *100 мл растительного масла*
- *10 г сметаны*
- *перец*
- *соль*

Рыбу обработать, вымыть, разделать рыбное филе. Нарезать на кусочки в 5–6 см шириной, посолить, поперчить.

Затем обжарить в масле до полуготовности, уложить в глубокую кастрюлю, добавить мелко нарезанный репчатый лук, сметану, закрыть крышкой и тушить на слабом огне до готовности.

* * *

Свежая охлажденная рыба имеет плотное тело. Ее жабры ярко-красные, глаза выпуклые, прозрачные, чешуя гладкая, блестящая, плотно прилегает к коже, мясо твердое, хорошо соединено с костями.

Если на доброкачественную охлажденную рыбу нажать пальцем, то ямка либо вовсе не образуется, либо быстро восполняется. Брошенная в воду, эта рыба тонет.

Рыба в сухарях

- *1 кг рыбы*
- *1 стакан молока*
- *1 стакан толченых сухарей*
- *2 яйца*
- *200 мл растительного масла*

Обработанную и промытую некрупную рыбу обсушить, посыпать солью и перцем, смочить в сыром яйце, размешанном с молоком, и обвалять в сухарях.

Обжарить в сковороде на масле, подержать в течение 5–10 минут в духовке и подать на стол в горячем виде.

Тастира с жареной рыбой

- *1 кг филе рыбы*
- *3 картофелины*
- *3 сладких перца*
- *2 острых перца*
- *3 помидора*
- *2 зубчика чеснока*
- *1 лимон*
- *2 яйца*
- *2 ст ложки топленого масла*
- *1 стакан растительного масла*
- *1/2 пучка зелени петрушки*
- *1/2 пучка укропа*
- *1/2 ч. ложки молотого тмина*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль по вкусу*

Рыбу нарезать порционными кусками, посолить, посыпать небольшим количеством тмина, натереть толченым зубчиком чеснока и обжарить в растительном масле.

Картофель нарезать соломкой, посолить, поперчить и обжарить в растительном масле, смешанном с топленым.

Чтобы приготовить тастиру, сладкие и острые перцы очистить от семян и плодоножек, целиком обжарить в растительном масле, снять кожицу и мелко нарезать.

Помидоры обдать кипятком, потом сразу же опустить в холодную воду, снять с них кожицу и разрезать на половинки, после чего посолить и вместе с толченым зубчиком чеснока быстро обжарить в растительном масле (не более 3 минут). Затем протереть их сквозь сито, смешать с перцами, поставить на огонь, довести до кипения, вбить яйца, добавить оставшийся тмин, небольшое количество воды, хорошо перемешать и тушить в течение 5 минут.

Рыбу, тастиру и посыпанный измельченной зеленью картофель выложить на блюдо и украсить ломтиками лимона.

Усач с катыком

• 1700 г усача
• 2 яйца
• 50 г сухарей панировочных
• 50 г масла топленого
• 200 г катыка
• 25 г зелени
• соль
• специи

Для гарнира:

• 770 г картофеля отварного
• 50 г сливочного масла
• 50 г маринованных огурцов

Рыбу нарезать порционными кусками без костей, натереть солью, выдержать в прохладном месте 15–20 минут.

Затем куски рыбы обсушить салфеткой, смочить во взбитых яйцах, панировать в сухарях и жарить с двух сторон на разогретом жире.

Готовую рыбу перед подачей залить катыком. Подать рыбу на блюде, вокруг уложить отварной картофель, политый растопленным маслом, посыпать мелко рубленной зеленью.

Это блюдо можно приготовить также из карпа и сазана.

Катык можно заменить несладкой простоквашей или кефиром.

Щука отварная с изюмом

• 1000 г щуки
• 200 мл виноградного сухого вина
• 100 г репчатого лука
• уксус столовый 3%-ный
• 100 г изюма
• 25 г лимона
• 3 лавровых листа
• соль
• специи

Для бульона:

• 1020 г пищевых рыбных отходов (головы, кости, плавники)
• 15 г петрушки (корень)
• 15 г репчатого лука
• соль
• специи

Для соуса:

• 275 мл рыбного бульона
• 15 г пшеничной муки
• 8 г репчатого лука
• 5 г петрушки (корень)
• лимонная кислота
• соль
• специи
• 15 г маргарина столового или сливочного масла

Для гарнира:

• 700 г картофеля фри
• 20 г зелени кинзы

Очищенную потрошеную рыбу нарезать порционными кусками, посолить и на 1 час оставить в холодильнике.

Охлажденную рыбу уложить в сотейник, залить виноградным сухим вином, добавить уксус и репчатый лук, перебранный промытый изюм, кружочки лимона (без зерен), лавровый лист, добавить воды столько, чтобы была покрыта рыба, и варить до готовности на сильном огне.

Отварить бульон. Пищевые рыбные отходы помыть, залить холодной водой (1,25 л на 1 кг пищевых рыбных отходов), довести до кипения и варить при слабом кипении 1–1,5 часа, периодически удаляя жир.

Овощи положить в бульон за 30 минут до окончания варки. Готовый бульон процедить.

Для приготовления соуса в растопленный жир положить

просеянную муку и пассеровать на слабом огне до слегка кремового цвета.

В охлажденную до 60–70°С пассерованную муку ввести четвертую часть горячего бульона и вымесить до образования однородной массы.

Затем добавить оставшийся бульон, еще раз хорошо размешать, дать закипеть, добавить петрушку, лук и варить 25–30 минут.

Соус заправить лимонной кислотой, солью, процедить, при этом овощи протереть и заправить жиром.

Готовую отварную щуку вместе с изюмом и лимоном уложить на блюдо, гарнировать жареным картофелем, украсить рубленой кинзой или зеленью петрушки. Отдельно подать соус.

Фаршированный судак с простоквашей

• 1 рыбина
• 1 головка репчатого лука
• 75 г хлеба белого
• 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина распущенного
• 1 яйцо
• 5 средних зубчиков чеснока

Для гарнира:

• 750 г картофеля отварного
• 3/4 стакана катыка или сметаны
• 3/4 стакана бульона
• 50 г зелени кинзы или петрушки
• соль
• специи

Рыбу очистить от чешуи, помыть в холодной воде, подрезать кожу вокруг головы и аккуратно ее снять.

У хвоста отрубить хребтовую кость так, чтобы хвост остался с кожей.

Рыбу потрошить, помыть, отделить мякоть от костей. Срезанное филе и репчатый лук пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке пшеничным хлебом, яйцом, сливочным маслом или сливочным маргарином, солью, молотым перцем и вторично пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

Полученным фаршем наполнить кожу судака. Фаршированную таким образом рыбу положить на смазанную маслом сковороду или противень.

Залить бульоном, покрыть промасленной бумагой, припустить в духовом шкафу.

Готовую рыбу нарезать порциями и подать с гарниром (отварной картофель), полить катыком (простоквашей) или сметаной и посыпать зеленью кинзы или петрушки.

Рыба отварная

- *800 г сома*
- *80 г репчатого лука*
- *80 г моркови*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 стакана томатного пюре*
- *5 ст. ложек маргарина сливочного топленого*
- *1 стакан воды*
- *600 г картофеля*
- *зелень*
- *соль*
- *специи*

Филе рыбы с кожей, без костей, морковь и картофель нарезать кубиками. В сотейнике растопить жир.

Уложить подготовленные морковь, картофель, сверху рыбу, на нее – пассерованный репчатый лук и томатное пюре. Залить кипятком так, чтобы жидкость покрывала продукты.

Варить с добавлением специй при слабом кипении.

Подать в глубоких тарелках, посыпать мелконарубленной зеленью.

Балык «Арман»

• 1 судак или сазан (средней величины)
• 3 1/2 ч. ложки пшеничной муки
• 2 ст. ложки растительного масла
• 500 г картофеля
• 160 г репчатого лука
• 1 1/2 стакана горошка зеленого консервированного
• 500 г соуса сметанного
• 250 г теста слоеного
• соль
• специи

Для соуса:

• 500 г сметаны
• 1 ст. ложка сливочного масла
• 2 ст. ложки муки
• соль
• специи

Замаринованные в лимонной кислоте или в маринаде куски рыбы панировать в муке и обжарить основным способом.

Картофель отварить в кожуре, очистить и нарезать кружочками, лук нарезать кольцами. Все это обжарить в отдельности в масле.

В керамические горшочки вначале уложить половину нормы картофеля, затем обжаренные куски рыбы, обжаренный лук и снова картофель, залить сметанным соусом с зеленым горошком.

Горловину горшочка накрыть слоеным тестом и запекать в духовом шкафу.

Для приготовления соуса муку слегка поджарить без масла, охладить, смешать с маслом, положить в закипевшую сметану, размешать, заправить солью, перцем, варить 3–5 минут, затем процедить.

Морковь и репчатый лук пассеровать в масле, к ним добавить бульон, огурцы соленые без кожицы и семян, капусту, тушить до готовности.

В конце тушения добавить черный перец-горошек и филе рыбы с кожицей и реберными костями и довести все до готовности.

Подать с помидорами и рубленой зеленью.

* * *

При обработке рыбы необходимо удалять остатки крови на внутренней части позвоночника.

Сазан отварной

- *1,7 кг сазана*
- *2 яйца*
- *270 г репчатого лука*
- *35 г укропа*
- *25 г маргарина или сливочного масла для бульона*
- *25 г петрушки (корень) для бульона*
- *200 мл томатного сока*
- *25 г зелени*
- *соль*
- *специи*
- *лаваш готовый*
- *1,6 л бульона*

Очищенного и потрошеного сазана нарезать кусочками весом по 50 г. Из пищевых отходов (кроме головы сазана) приготовить бульон и процедить его.

Отлить половину бульона и варить в нем рыбу.

При варке снять пену и жир. Жир использовать для приготовления приправы, добавив в него лук, перец, укроп и соль.

При подаче на лаваш положить рыбу, полить приправой и посыпать зеленью. Отдельно в пиале подать бульон, заправленный томатным соком.

Сазан для праздничного стола

• 1 крупный сазан
• 500 г репчатого лука
• 4 ст. ложки растительного масла
• 1 1/2 стакана орехов очищенных дробленых
• перец черный молотый
• зелень петрушки
• соль
• специи
• 700 г слоеного теста

Для теста:

• 2 стакана пшеничной муки
• 1 ч. ложка сахара
• 2 яйца
• 1 ч. ложка дрожжей прессованных
• соль
• 4 ст. ложки воды или молока
• 100 г сливочного масла или маргарина

Лук нарезать ломтиками и обжарить до румяной корочки, в него добавить толченые орехи, мелко нарезанную зелень петрушки, перец, соль, размешать и разделить на 6 равных частей.

Тесто разделить на 7 равных частей, раскатать в лепешки по размеру и форме посуды, в которой будет запекаться рыба. Посуду смазать растительным маслом, уложить последовательно друг на друга 4 слоя теста, сбрызнуть каждый слой растительным маслом и 1/6 частью ореховой смеси. На четвертый пласт положить филе рыбы с кожей и реберными костями. Рыбу сбрызнуть растительным маслом, сверху уложить 1/6 часть ореховой смеси. Затем положить 5-й и 6-й пласты теста, которые также сбрызнуть маслом и переложить ореховой смесью. Верхний (седьмой) пласт тоже смазать растительным маслом. Блюдо запекать при умеренной температуре в духовом шкафу.

Для приготовления теста муку насыпать горкой, добавить воду или молоко, яйца, дрожжи, сахар-песок, соль и замесить тесто. Дать ему отстояться в теплом месте 1–1,5 часа. Готовое выброженное тесто охладить до 10–20°С, чтобы на нем не плавилось масло, и раскатать в прямоугольный пласт толщиной 5–8 мм. Его разделать на 3 равные части, не разрезая, а только намечая линии тупой частью ножа.

На среднюю часть пласта нанести слой предварительно немного подогретого (до консистенции густой сметаны) масла.

Первым концом пласта накрыть намазанную среднюю часть и смазать маслом образовавшийся второй слой.

После этого накрыть свободным концом пласта – получается закатка, состоящая из трех слоев теста и двух слоев масла. Края теста тщательно защипить так, чтобы не вытекало масло.

Полученный пласт теста загнуть так, чтобы противоположные концы его соединились в середине пласта, и раскатать. Затем пласт перегнуть вдвое и вновь раскатать, повторяя этот процесс 1–2 раза.

Приготовленное слоеное тесто положить на подпыленный мукой лист, накрыть салфеткой и поставить в холодильник.

Охлажденное тесто разделать на кусочки нужной величины, раскатать и использовать по назначению.

Форель отварная

• 4 рыбины форели
• 50 г петрушки (корень)
• 50 г моркови
• 70 г репчатого лука
• 6 маринованных яблок
• соль
• специи

Для соуса:

• 2 ст. ложки сливочного масла
• 50 мл бульона рыбного
• 3 вареных яйца
• на кончике ножа лимонной кислоты
• перец
• соль
• 25 г зелени петрушки

Очищенную, потрошеную и промытую рыбу отварить в слегка подсоленной воде вместе с очищенными кореньями (петрушка, морковь) и луком.

В растопленное масло влить горячий рыбный бульон, положить мелко нарезанные крутые яйца, лимонную кислоту, соль, перец и мелко нарезанную зелень петрушки.

Рыбу подать на блюде, полить соусом и украсить маринованными яблоками.

Шашлык рыбный

• 500 г рыбы
• 2 головки репчатого лука
• 40 мл растительного масла для обжарки

Для маринада:

• 5 стаканов воды
• 1 1/2 ст. ложки соли
• 1/2 ч. ложки перца черного молотого
• 1 головка репчатого лука
• 2 лавровых листа
• 1 ч. ложка уксусной кислоты 80%

Рыбу разделать на филе без кожи и костей, помыть, разрезать на куски весом примерно 20–25 г и надеть на шпажки из неокисляющегося металла или деревянные палочки по пять кусков. Между кусочками рыбы наколоть по 2–3 ломтика лука.

Для приготовления маринада в воду засыпать молотый черный перец, лавровый лист и на плите довести до кипения, отвар охладить, добавить в него соль, уксусную кислоту и мелко нашинкованный лук.

Шпажки с нанизанными на них кусочками рыбы и лука в один ряд уложить на противень или сковороду, залить маринадом и выдержать в течение не менее одного часа, промаринованный шашлык обжарить в растительном масле на противне или на сковороде до образования корочки золотисто-желтого цвета.

Подать на порцию обычно по 2 шпажки со сложным гарниром.

Рыба с простоквашей

- *8 рыбин карася*
- *1 головка репчатого лука*
- *140 г моркови*
- *1 стакан катыка (простокваши)*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *2–3 лавровых листа*
- *10 горошин черного перца*
- *соль*
- *25 г зелени кинзы*
- *400 г отварного картофеля*
- *8 соленых помидоров*
- *300 мл горячей воды*

Рыбу почистить, потрошить, помыть. Крупную нарезать пополам, мелкую использовать целиком.

Посолить и выдержать в течение 30 минут в холодильнике.

Репчатый лук и морковь нашинковать кубиками. Овощи и рыбу уложить в сотейник, влить горячую воду.

Добавить соль, перец-горошек, лавровый лист, закрыть крышкой и быстро довести жидкость до кипения, затем уменьшить нагрев и тушить.

По готовности снять с огня, заправить сливочным маслом и простоквашей.

Готовую рыбу выложить в овальное блюдо вместе с овощами и соусом, вокруг разместить отварной картофель, соленые помидоры и украсить зеленью.

Зразы из рыбы

- *500 г филе рыбы*
- *1/2 стакана растительного масла*
- *4 ст. ложки молока*
- *6 ломтиков пшеничного хлеба*
- *2 ст. ложки муки*
- *1 ст. ложка панировочных сухарей*
- *1 вареное яйцо*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Для приготовления фарша рыбу и размоченный в молоке хлеб (без корки) пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Из полученного фарша скатать небольшие шарики, затем слегка размять их, чтобы получились лепешки. На каждую из них положить начинку из рубленого яйца и нашинкованной зелени петрушки и сформовать зразы круглой формы. Зразы обвалять в муке, запанировать в сухарях и обжарить в растительном масле.

* * *

Жареная рыба будет вкуснее, если сковородку предварительно разогреть на сильном огне, растопить на ней масло и лишь после этого положить рыбу. После подрумянивания куска рыбы с обеих сторон его надо дожаривать на маленьком огне.

Манты и чучвара

Сущность пельменей – мясо

Узбекская пословица

Чрезвычайно популярны в узбекской кухне разного вида пельмени. Мелкие, с рубленым мясом и луком (чучвара), варят в воде, а крупные (манты) готовят на пару в касканах.

В отличие от русских пельменей чучвара намного меньше по размеру. Изготавливаются они из тех же продуктов, что и наши пельмени, – с той лишь разницей, что в качестве начинки никогда не употребляется свинина.

Идеальной считается начинка, для которой мясо и лук не пропускаются через мясорубку, а мелко рубятся ножом. В фарш также может добавляться зира. Заготовки из теста для чучвары никогда не делаются отдельно для каждого «пельмешка».

Тесто раскатывается в один большой лист и режется на ромбики минимального размера, чтобы положить на него комочек мясной начинки, перегнуть тесто и слепить его минимальным конвертиком – капелькой.

Приправой к пельменям служат столовый уксус, мелко нарезанная зелень, соусы из измельченных помидоров и острого стручкового перца.

Узбеки употребляют в пищу много изделий из теста – как жареного, так вареного и печеного. Как пресное, так и дрожжевое тесто делаются 2 видов: простое и сдобное.

Чучвара почти всегда подается с бульоном, поэтому скорее напоминает первое блюдо.

Следует еще подчеркнуть, что манты – это, если можно так выразиться, чисто семейное блюдо. Наряду с домашними пельменями, его по праву можно отнести к разряду тех блюд, что способствуют укреплению семейных уз, поскольку при приготовлении данного блюда мы сталкиваемся с этапом, где одному человеку бывает достаточно сложно справиться. Например, во время «лепки» мантов.

Манты, сваренные с пловом

Для теста:

• 250 г муки

• 1 яйцо

• соль на кончике ножа

Для фарша:

• 400 г мяса

• 2 головки репчатого лука

• по 1/2 ч. ложки соли и черного перца

Взбить яйцо, растворить в нем соль и замесить крутое тесто, раскатать и нарезать на квадратики 6х6 см.

Баранину пропустить через мясорубку, добавить лук, заправить солью и специями. Сделать относительно мелкие манты овальной формы, сварить их с пловом. Для этого, перед тем как накрывать готовый плов для упревания, разровнять рисовый слой шумовкой, уложить манты поверх риса, плотно закрыть миской так, чтобы не выходил пар, и варить в течение 25–30 минут.

Подать готовые манты до плова или вместе с пловом, аккуратно уложив их поверх горки плова из расчета по 2 шт. на порцию.

Манты из кислого теста с открытым фаршем

Для теста:

• 500 г муки

• 20 г дрожжей

• 1 стакан воды

• 1/2 ч. ложки соли

Для фарша:

• 1 кг мяса

• 1 яйцо

• 2–3 крупные головки репчатого лука

• соль

• перец

Дрожжевое тесто приготовить, как сказано в предыдущем рецепте, разделить на кусочки, скатать в шарики и, придавив ладонями, сделать тонкие лепешечки.

В каждую положить фарш и оформить манты в виде ватрушек – прищипав края теста, оставить на середине отверстие величиной с пятикопеечную монету.

Изделие отварить на смазанных жиром ярусах паровой кастрюли в течение 35– 40 минут.

Для приготовления фарша баранину вместе с говядиной пропустить через мясорубку с крупной решеткой, добавить лук, нашинкованный кольцами, вбить яйцо, посыпать солью и перцем, хорошенько перемешать.

Готовые манты подать на стол, капнув на открытую часть виноградный уксус.

Манты с добавлением редьки

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1 ч. ложка соли
Для фарша:
• 300 г баранины
• 300 г говядины
• 100 г курдючного сала
• 500 г репчатого лука
• 200 г редьки
• 1/2 стакана соленого раствора
• красный перец

Из всех указанных ингредиентов приготовить тесто.

Для фарша равное количество баранины и говядины пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать мелкими кусочками (кубиками по 0,5х0,5 см). Смешать с нашинкованным или рубленым луком, добавить в фарш редьку.

Для этого очищенную редьку нарезать кружочками толщиной в 0,5 см, отварить в подсоленной воде, охладить и нарезать кубиками примерно 0,5х0,5 см.

Редьку смешать с фаршем, заправить перцем и соленым раствором (2 ч. ложки соли на 1/2 стакана воды).

Приготовленное тесто тонко раскатать, нарезать квадратиками по 10х10 см, на каждый квадратик положить горсть мясного фарша с вареной редькой и оформить манты четырехугольной формы.

Варить на пару в течение 35–40 минут.

Подать на блюде несколько порций вместе по 4–6 шт. на порцию, смазав сливочным маслом.

* * *

Чтобы готовые манты не склеивались, при подаче на стол их можно полить растопленным сливочным маслом.

Манты по-андижански

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1 ч. ложка соли

• 1/2 стакана воды

Для фарша:

• 1 кг жирной баранины

• 500 г репчатого лука

• 1 яйцо

• соль

• перец

Из жирной баранины сделать фарш, добавить рубленый лук, соль, перец, вбить яйцо и хорошенько перемешать.

Замесить крутое тесто, скатать в шар, дать расстояться минут 10–15 под влажной салфеткой. Затем разделить тесто на куски по 150 г, скатать в шарики с апельсин, при помощи короткой скалки раскатать в сочни с пирожковую тарелку, толщиной в 3 мм.

На каждый положить горсть (примерно 250–300 г) фарша и оформить манты относительно больших размеров яйцевидной или шарообразной формы.

Ярусы паровой кастрюли обильно смазать жиром, уложить на них манты так, чтобы не прикасались друг к другу, и варить на пару в течение 1 часа.

Готовое блюдо положить в касы по 1 шт. на порцию, залить мясным (костным) бульоном, посыпать черным молотым перцем по вкусу.

Отдельно подать кислое молоко или виноградный уксус.

Манты с тыквой

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1 ч. ложка соли

Для начинки:

• 1 кг очищенной тыквы

• 4–5 головок репчатого лука

• 1 ч. ложка молотого перца

• 1 ч. ложка соли

• 100 г бараньего сала или 200 г шкварок от него

Из указанных ингредиентов приготовить тесто.

На каждый квадратик положить тыквенную начинку и сделать манты овально-фигурной формы.

Приготовление начинки: выбрать любой сорт очень спелой тыквы, очистить от кожуры и семян, натереть на терке или лучше всего нарезать «горошком» – кубиками 0,5х0,5 см.

Добавить нашинкованный лук, соль, перец, шкварки или мелконарезанное курдючное сало, все хорошенько перемешать. Если тыква не совсем сладкая на вкус, добавить 1 ст. ложку сахарного песка.

Манты с тыквой, как и с мясом, варить на пару 30–40 минут.

При подаче на стол уложить на блюдо, помазать топленым (сливочным) маслом или полить сметаной.

Манты с машем

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1 ч. ложка соли

Для начинки:

• 3 стакана маша

• 200 г курдючного сала

• 3–4 головки репчатого лука

• 2 моркови

• соль

• перец

• 1 стакан кислого молока (сметаны) или 50 г сливочного масла для заправки

За неделю до приготовления таких мантов маш перебрать, промыть и замочить в холодной воде, засыпав зерна одним слоем в плоскую посуду.

Это делается для того, чтобы при набухании поступал кислород.

Через день или по мере необходимости воду следует освежать, каждый раз вода доливается на уровне слоя зерен.

Когда шелуха маша надтреснет и начнут пробуждаться зародыши, высыпать маш на клеенку и перебрать, удалив мелкие, твердые, ненабухшие и не давшие зародышей зерна.

Перебранный маш слегка истолочь в ступе, добавить нашинкованный лук, курдючное сало и морковь, нарезанные очень мелкими кубиками.

Все хорошенько перемещать, заправить соленой водой и молотым перцем.

Тесто приготовить, как для обычных мантов, и с этой начинкой сформовать овальные манты и отварить на пару в течение 40–45 минут.

При подаче на стол манты переложить в касы, залить горячим мясным бульоном или выложить на блюдо, полить сверху кислым молоком или сметаной или смазать сливочным маслом.

Манты, сваренные в бульоне

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 стакана молока
• 1 ч. ложка соли
Для фарша:
• 1 кг мяса
• 500 г репчатого лука
• 150 г курдючного или нутряного сала
• соль
• перец
• 1 стакан кислого молока для заправки
• 35 г зелени кинзы

Яйцо взбить с молоком до получения однородной и пенистой жидкости, растворить соль и на этой основе замесить крутое тесто, тонко раскатать в маленькие круглые сочни.

Для фарша жирную мякоть баранины пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать мелкими кусочками, а сало нарезать квадратиками или ломтиками величиной с миндаль. Добавить лук, нашинкованный кубиками или кольцами. В фарш добавить черный молотый перец, раствор соли, хорошенько перемешать.

Оформить манты круглой формы и положить их в кипящий мясной бульон.

Когда манты всплывут, поварить еще 4–5 минут, вынуть дуршлагом и положить в касы, залить бульоном, заправить кислым молоком, посыпать рубленой зеленью.

Манты с маринованным мясом

Для теста:

• 500 г муки

• 3 яйца

• 1 ч. ложка соли

Для фарша:

• 300 г баранины

• 300 г курдючного сала

• 150 г репчатого лука

• по 1 ч. ложке соли, перца, зиры, кориандра

• 2 ст. ложки виноградного уксуса или 1/2 стакана вишневого, гранатового или томатного сока

Из окорочной части баранины и курдючного сала нарезать кусочки по 10–15 г, положить в глиняную обливную или эмалированную посуду, добавить пропущенный через мясорубку лук, соль, виноградный уксус и специи. Все хорошенько перемешать и поставить в прохладное место на 2–3 часа для маринования.

Замесить тесто на яйцах, дать настояться 10–12 минут, затем раскатать в тонкий пласт и нарезать квадратиками 7х7 см.

Положить на середину каждого квадратика теста по кусочку маринованного мяса и сала, сформовать манты.

Варить на смазанных жиром ярусах паровой кастрюли в течение 1 часа.

Подать к столу на большом блюде, полив кислым молоком. Отдельно подать кольца репчатого лука с уксусом и черным перцем.

* * *

Расстойка и выбивание теста после расстойки способствуют более равномерному распределению входящих в него компонентов, тесто становится эластичным и легко раскатывается в тонкий пласт.

Манты с картофелем

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1 ч. ложка соли

Для начинки:

• 1 кг картофеля

• 280 г репчатого лука

• 200 г топленого масла или курдючного сала

• 1 ч. ложка соли

• 1 ч. ложка перца

Очищенный, промытый картофель нашинковать соломкой или нарезать мелкими кубиками, добавить топленое масло, мелко нарезанные кубики бараньего сала или же шкварки от него, заправить солью и черным молотым перцем.

Приготовить крутое тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать настояться в течение минут 10–15.

Затем обмять еще раз, опять скатать в шар, затем придать форму круглой лепешки и тонко раскатать в пласт, затем разрезать на квадратики размером 10х10 см.

Положить приготовленную картофельную начинку и сформовать манты. Время варки на пару 30–35 минут.

Полить сметаной или смазать топленым маслом.

* * *

Вкус пельменей улучшится, если мясо на фарш нарезать на мелкие кубики или порубить тяпкой, тогда кусочки мяса сохранят свой сок и начинка будет вкуснее.

Манты с курдючным салом и сахаром

- *500 г муки*
- *30 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*
- *100 мл воды*
- *500 г курдючного сала*
- *150 г сахара*
- *300 г кислого молока для заправки*

Дрожжи растворить в теплой воде, добавить соль, муку и замесить крутое тесто.

Накрыв салфеткой, сверху – полотенцем, поставить в теплое место для подъема.

Затем скатать шарики величиной с грецкий орех и, придавив ладонями, придать им вид лепешек толщиной в 2–3 мм.

На середину каждой положить по 1 ст. ложке приготовленной начинки и сформовать манты.

Для начинки курдючное сало нарезать кубиками, посыпать сахаром и перемешать.

Манты варить на пару в течение 40–45 минут. При подаче положить в касы и залить бульоном, разведенным кислым молоком.

Пельмени из зелени весенние

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1 ч. ложка соли

• 1/2 стакана воды

Для начинки:

• 1 кг разной зелени

• 250 г репчатого лука

• 150 г сала

• соль

• черный молотый перец

Приготовить крутое тесто, дать настояться 15 минут, затем раскатать в пласт толщиной 2 мм, нарезать квадратиками по 4х4 см. На каждый квадратик теста положить начинку, приготовленную из зелени.

Можно использовать первые побеги люцерны, культурный или конский щавель, шпинат, розетки одуванчика, пастушьей сумки, листья мяты, кинзу, укроп, зеленый лук.

Зелень промыть в холодной воде 5–6 раз и оставить в той же посуде с водой на 1 час, чтобы осели на дно песок или глина, затем еще раз промыть, дать стечь воде и порубить.

В эту начинку добавить репчатый лук, мелко нарезанное баранье или говяжье сало или шкварки от него, соль, перец, вбить сырое яйцо и хорошенько перемешать.

Всю эту массу потушить на топленом или любом другом масле.

Для этого масло положить в раскаленный чугунный котел с шарообразным дном, довести до белого дымка, всыпать измельченную зелень и потушить, перемешивая шумовкой.

Когда выделится сок зелени, котел снять с огня, плотно закрыть крышкой и охладить до комнатной температуры.

Начинить этим фаршем квадратики теста и сформовать пельмени, отварить их в кипящей подсоленной воде.

Перед подачей на стол готовые пельмени смазать топленым или сливочным маслом или полить сметаной, отдельно подать молотый перец.

Пельмени из зелени летние

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1/2 ч. ложки соли

Для начинки:

• по 2 пучка укропа, кинзы, петрушки, сельдерея, зеленого лука и зеленого чеснока

• 100 г листьев базилика

• 100 г листьев тимьяна

• 180 г репчатого лука

• 200 г шкварок

• 4 яйца

• соль

• перец

Приготовить крутое тесто, дать настояться 15 минут, затем раскатать в пласт толщиной 2 мм, нарезать квадратиками по 4х4 см.

Приготовить начинку. Собрать листья базилика, тимьяна, стебли и листья кинзы, укропа, сельдерея, петрушки, зеленого лука и чеснока, все хорошенько промыть в проточной воде, мелко порубить.

Добавить мелко нашинкованный репчатый лук, шкварки от курдючного сала, рубленые вареные яйца, соль, молотый перец и слегка потушить до выделения сока зелени.

С этой начинкой сформовать пельмени и отварить в кипящей подсоленной воде.

Готовые пельмени вынуть дуршлагом, уложить на сервировочное блюдо в один слой.

Затем смазать их растопленным сливочным маслом или полить сметаной.

* * *

Чтобы тесто у пельменей и колдунов было вкуснее, можно в него добавить немного сахарного песка.

Чучвара (пельмени)

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1 ч. ложка соли

Для фарша:

• 500 г баранины (или 250 г баранины и 250 г говядины)

• 280 г репчатого лука

• 1 ч. ложка соли

• 1/2 ч. ложки черного молотого перца

Замесить крутое тесто, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться 10–12 минут.

Затем еще раз обмять и раскатать сочень толщиной 2 мм, нарезать квадратики по 4х4 см.

Положить на середину каждого квадратика по 1 ч. ложке мясного фарша, сформовать пельмени.

Для приготовления фарша мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить соль и перец. Пельмени отварить в кипящей подсоленной воде.

Готовые пельмени положить на большое блюдо, смазать сливочным маслом, посыпать рубленой зеленью или спассерованным репчатым луком.

Отдельно подать кислое молоко или виноградный уксус.

Пельмени из вяленых помидоров

Для теста:

• 500 г муки

• 2 яйца

• 1 ч. ложка соли

Для начинки:

• 500 г вяленых помидоров

• 500 г репчатого лука

• 150 г сала

• 1 ч. ложка черного перца

• 50 г топленого (сливочного) масла для смазывания готового блюда

Приготовить тесто на яйцах, сделать пельмени. Начинку приготовить из вяленых помидоров.

Для этого заготовленные на зиму вяленые помидоры промыть в холодной воде и замочить в горячей на 15–20 минут. Затем отжать их, мелко порубить, добавить нашинкованный лук и кубики бараньего сала (можно заменить топленым, сливочным маслом), посыпать молотым перцем.

Поскольку в процессе вяления помидоры обычно посыпаются солью, солить не надо.

Этой начинкой начинить пельмени и отварить в кипящей подсоленной воде.

При подаче положить на тарелки по 15–16 шт. на порцию, смазать маслом.

Варак чучвара

Для теста:

• 150 г пшеничной муки

Для фарша:

• 400 г говядины

• 50 мл воды

• 150 г репчатого лука

• черный молотый перец

• соль

• 150 мл кислого молока

• красный молотый перец по вкусу

• зелень

Мясо пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком, добавить воду, соль, перец и перемешать. Замесить пресное тесто и раскатать его в пласт толщиной в 1–2 мм.

Затем нарезать из него квадраты (30х30 мм), положить на них фарш, свернуть с угла на угол и защипать края. Подготовленные пельмени отварить в бульоне до готовности.

Перед подачей на стол заправить чучвару кислым молоком, красным перцем и посыпать зеленью.

Тухум барак (пельмени с яйцом)

Для теста:

• 500 г муки

• 1 стакан молока

• 1/2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 15 яиц

• 280 г репчатого лука

• 150 г топленого масла

• соль

• перец

Из указанных ингредиентов замесить тесто, раскатать в тонкий пласт, разрезать на квадратики 5х5 см.

Для начинки яйца отварить вкрутую, очистить и порубить. Добавить пассерованный в топленом масле лук, заправить солью и перцем.

Этим начинить пельмени и отварить в кипящей подсоленной воде.

Выложить на блюдо, смазать маслом и посыпать перцем.

Чучвара с крольчатиной и перловой кашей

Для теста:
- *500 г муки*
- *1 яйцо*
- *1/2 стакана воды*
- *соль*

Для фарша:
- *500 г кроличьего мяса*
- *2 головки репчатого лука*
- *1/2 стакана готовой перловой каши*
- *200 г сметаны*
- *соль*

* * *

Воду для варки пельменей берут в такой пропорции: на 1 кг пельменей 4 л воды. В фарш для пельменей можно добавить холодную кипяченую воду – как правило, в количестве 20% от веса мяса.

Пельмени с конопляным зерном

Для теста:

• 4 стакана муки

• 3 яйца

• 1 стакан теплой воды

• соль

Для начинки:

• 300 г картофеля

• 50 г сметаны

• 100 г конопляных зерен

• 2 яйца

• 2 ст. ложки горячего молока

• соль

• сметана или топленое масло

Для приготовления пельменей ни в коем случае нельзя использовать молоко – от этого бульон при варке пельменей становится мутным и пельмени быстро разваривaются.

Из указанных ингредиентов приготовить тесто. Оно должно быть достаточно крутым и вязким, поэтому месить его надо долго.

Очищенные конопляные зерна (семена) поместить для просушки на 1–2 часа в печь (можно в слабо нагретую духовку), затем растолочь в ступе и просеять через сито. Смешать конопляную муку с картофельным пюре и яйцами. Если начинка получилась слишком крутая, разбавить ее небольшим количеством горячего молока.

Готовое тесто разделить на несколько кусков и раскатать каждый скалкой до толщины 1,5–2 мм. Маленькой рюмкой диаметром 2–3 см вырезать из теста кружочки. Чайной ложкой или кончиком ножа положить на кружочки фарш, края теста соединить и защипить.

Вскипятить в широкой кастрюле воду, посолить и опустить в нее пельмени.

После того как пельмени всплывут, сделать слабый огонь и варить еще 5–6 минут. Затем вынуть пельмени шумовкой или дуршлагом, положить в тарелки, заправить сметаной или топленым маслом и подавать на стол горячими.

* * *

Бульон, в котором варились пельмени, можно использовать как самостоятельное первое блюдо. Его разливают в бульонные чашки и кладут по 3–4 пельменя на порцию.

Манпар (клецки с подливкой)

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 стакана воды
• 1/2 ч. ложки соли
Для подливки:
• 500 г мяса
• 100 г масла
• 200 г помидора
• 150 г репчатого лука
• 1 головка чеснока
• 2–3 сладких перца
• 1 редька средней величины
• 100 г картофеля
• 6 яиц
• соль
• перец
• зелень по вкусу

Приготовить крутое тесто, скатать в шар, завернуть во влажную салфетку и дать настояться 15–20 минут.

Затем обмять еще раз, разделить на шарики величиной с грецкий орех, из них скатать жгутики толщиной с карандаш, смазать растительным маслом, чтобы не слиплись.

После чего сплюснуть жгутики в ленты толщиной в 2–3 мм, шириной в 2–3 см и, держа за оба конца, вытянуть в более длинные ленты, ударяя серединой о доску.

От такой тестяной ленты толщиной в 1 мм и длиной в 4050 см отрывать небольшие кусочки и бросать в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Когда клецки всплывут, вынуть дуршлагом, прополоснуть холодной водой, разложить в касы и залить подливкой.

Для подливки мясо нарезать мелкими кусочками или пропустить через мясорубку с крупной решеткой, обжарить в раскаленном масле вместе с кольцами лука и рубленым чесноком.

Добавить сладкий перец, помидоры или томатную пасту, кубики редьки и картофеля, налить воду, дать закипеть. Заправить солью, перцем, лавровым листом, вбить сырое яйцо, тушить до готовности.

Яйцо для манпара можно приготовить отдельно. Для этого каждое яйцо взбить и обжарить на смазанной жиром сковороде

тонким пластом.

Охлажденные до комнатной температуры яичные пласты нарезать лапшой или мелкими квадратиками, ромбиками, треугольниками.

При подаче манпара на стол положить в каждую касу горсть отварных клецек, залить подливкой, положить нарезанные кусочки яиц, посыпать рубленой зеленью.

Отдельно подать виноградный уксус.

Ютанза (паровые пампушки)

- *500 г муки*
- *15 г дрожжей*
- *1 стакан воды*
- *1/2 ч. ложки соли*
- *200 г топленого или сливочного масла*

Дрожжи растопить в теплой воде, добавить соль, муку.

Замесить тесто, поставить в теплое место, дать подняться, после чего, посыпав мукой, обмять, скатать в шар, затем, обминая кулаками и ладонями, придать форму лепешки и при помощи длинной скалки раскатать в пласт толщиной 1 мм.

Из пласта нарезать ленты шириной в 4–5 см и длиной в 40–50 см, эти полоски смазать сметаной или топленым маслом, сложить друг на друга по 10–12 шт.

Свернуть серпантином, затем, скручивая между ладонями, придать несколько округлую форму.

Изделие отварить на пару в течение 20–25 минут, смазать маслом или сметаной.

Ширин ютангза (паровые пампушки сладкие)

- *1 кг муки*
- *30 г дрожжей*
- *2 стакана теплой воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *500 г сахарного песка или пудры*
- *200 г сметаны 50%-ной жирности*
- *50 г сливочного или топленого масла*

Приготовить дрожжевое тесто. Это кислое тесто обмять с добавлением сахарного песка (если сжижается, добавить немного муки). Затем тесто разделить ровно на две части, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать отстояться 2–3 минуты.

Затем обе половинки раскатать в сочни. Из одного сочня нарезать лапшу шириной в 1 см, а из другого квадратики размером 15х15 см.

В лапшу ввести густую сметану и сахар, смешав так, чтобы лапша не помялась. Эту начинку положить на квадратики и сделать манты четырехугольной формы.

Варить на пару, предварительно смазав ярусы паровой кастрюли, 20–25 минут.

Перед подачей на стол положить в каждую тарелку по 2 штуки и смазать топленым или сливочным маслом.

Тухум барак (конвертики с яйцами)

Для теста:

• 500 г муки

• 1 стакан молока

• 1/2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 15 яиц

• 280 г репчатого лука

• 150 г топленого масла

• 2 ч. ложки соли

• 1 ч. ложка черного молотого перца

Приготовить тесто на молоке, раскатать тонким пластом, вырезать из него стаканом кружочки, сложить каждый кружок вдвое, защипать на две трети, оставив «горлышко» для наполнения.

Для начинки разогреть топленое масло, спассеровать в нем кольца лука и охладить.

В миску разбить яйца, посыпать солью и перцем, соединить с подготовленным луком и маслом, взбить.

В каждый конвертик из теста в виде полумесяца влить по 1 ст. ложке начинки, защипать «горлышко» и опустить в кипящую подсоленную воду.

Когда вареники всплывут, поварить их еще 2–3 минуты, затем вынуть дуршлагом, уложить на большое блюдо, полить сметаной и подать на стол.

Тесто с бараниной по-хорезмски

Для теста:
• 500 г муки
• 1 стакан воды
• 1 ч. ложка соли
Для бульона:
• 1 кг баранины
• 170 г репчатого лука
• соль
Для соуса:
• 50 г топленого масла
• 1 стакан кислого молока
• соль
• перец

Баранину большими кусками отварить, нарезать на более мелкие кусочки.

Приготовить тесто, раскатать толщиной в 2 мм, нарезать на квадратики размером 10х10 см и отварить в мясном бульоне. По готовности снять дуршлагом, положить на блюдо, сверху уложить кусочки мяса, полить соусом.

Для соуса растопить топленое масло, положив на раскаленную сковороду, соединить с обезжиренным кислым молоком, посыпать солью, черным молотым перцем и хорошо взбить.

Тесто с кониной

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1/2 ч. ложки соли

Для бульона:

• 300 г баранины

• 300 г казы или соленой конины

• 2 л воды

• 170 г репчатого лука

• 2 стакана кислого молока

Конину или казы вместе с соленой бараниной отваривать на слабом огне в течение 1,5–2 часов. Мясо и казы вынуть, нарезать ломтиками.

Замесить тесто, тонко раскатать, нарезать на квадратики по 10х10 см, отварить в мясном бульоне.

При подаче на стол отварное тесто выложить на блюдо, посередине положить кусочки мяса и казы.

Нашинковать репчатый лук, опустить в бульон на 1–2 минуты, снять дуршлагом, дать стечь воде и им посыпать тесто и мясо. Отдельно подать кислое молоко.

Тесто с курятиной

Для теста:
• 500 г муки
• 1 стакан воды
• 1 ч. ложка соли
Для бульона:
• 1 тушка курицы (1 кг)
• 150 г репчатого лука
• 1 лавровый лист
• соль
Для соуса:
• 2–3 ст. ложки куриного жира вместе с бульоном
• 50 г топленого масла
• соль
• перец

Выпотрошенную и хорошо обработанную тушку курицы варить на пару в течение 40–45 минут. Затем снять, охладить, отделить мясо от костей, измельчить мякоть вдоль волокон, посыпать мелкой солью и перцем, отставить.

Приготовить тесто, как указано в предыдущем рецепте, отварить его в курином бульоне, снять дуршлагом, дать стечь воде. При подаче на стол тесто выложить на блюдо, сверху положить измельченную курятину без костей и полить молочным соусом.

Для соуса отделить от бульона жир, соединить с кислым молоком, посыпать солью и перцем и взбить.

Кайиш оши

Для теста:
• 500 г муки
• 1 стакан молока
• 1/2 ч. ложки соли
Для отвара:
• 1 кг недозрелого урюка
• 2 л воды
• 1/2 ч. ложки соли
Для пассеровки:
• 100 г бараньего сала
• 210 г репчатого лука

Замесить крутое тесто из муки, молока, соли, дать настояться 10–15 минут, тонко раскатать и нарезать квадратиками 10х10 см. Собрать кислые плоды урюка любого сорта в молочной спелости ядрышка.

Промыть, залить холодной водой и варить до размягчения плодов, слегка посолить и отварить в отваре квадратики теста, откинуть на дуршлаг.

Растопить баранье сало, не снимая шкварок, спассеровать в нем кольца лука.

При подаче на стол отварное тесто положить в большие тарелки, сверху – плоды недозрелого урюка и посыпать хрустящим пассерованным луком.

Хунон «Роза»

Для теста:

• 500 г муки

• 2 яйца

• 1/2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 400 г мякоти мяса (говядины или баранины)

• 2–3 головки репчатого лука

• 1/2 ч. ложки соли

• перец

• 50 г сливочного масла для смазки теста

Из указанных ингредиентов замесить крутое тесто.

Раскатать в тонкий пласт и разрезать при помощи колесного лобзика для теста на ленты (полоски) шириной в 5–6 см и длиной в 20–22 см, как для хвороста.

Каждую ленту из теста аккуратно смазать тонким слоем масла, разложить начинку – мясную, тыквенную или картофельную.

Свернуть вдвое и скрутить серпантином, так, чтобы фигурные края теста, через которые видна начинка, остались открытыми.

Получится изделие, напоминающее розу.

Осторожно уложить на смазанные маслом ярусы паровой кастрюли и варить в течение 30–35 минут.

По готовности снять, уложить на тарелки и подать к праздничному столу.

Хунон с мясным фаршем

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1/2 ч. ложки соли

• 50 г маргарина для смазки теста

Для фарша:

• 500 г баранины или говядины

• 150 г репчатого лука

• перец

• соль

Замесить тесто, разделить на куски, скатать в шары и дать настояться 10–15 минут, тонко раскатать, смазать маргарином и начинить мясным фаршем.

Для приготовления фарша жирную баранину или говядину пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

Соединить с тонко нашинкованным луком, посыпать солью и перцем и хорошенько перемешать, обминая пальцами.

Разложить этот фарш ровным слоем на пласты, свернуть рулетом и отварить на пару в течение 35–40 минут.

Хунон с картофельной начинкой

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1/2 ч. ложки соли

• 50 г маргарина для смазки

Для фарша:

• 250 г картофеля

• 150 г репчатого лука

• 1 ст. ложка томатной пасты

• 125 г жира

• перец

• соль

Для подливы:

• 50 г топленого или 75 г сливочного масла

Из муки, яйца, воды и соли замесить крутое тесто.

Затем разделить его на куски, скатать в шары и дать настояться в течение 10–15 минут, тонко раскатать, смазать маргарином и начинить.

Для начинки очистить картофель, вымыть и нашинковать соломкой.

В сковороде перекалить масло, спассеровать лук, положить картошку, посыпать солью, добавить томатную пасту и обжарить до смягчения картофеля, охладить.

После этого положить картофельную начинку на сочень ровным слоем, скрутить в рулет и варить, уложив на смазанные ярусы паровой кастрюли, 2030 минут.

Перед подачей нарезать на небольшие дольки и полить согретым топленым или сливочным маслом.

Хунон (рулет паровой)

Для теста:

• 500 г муки

• 1 яйцо

• 1/2 стакана воды

• 1/2 ч. ложки соли

• 150 г топленого или сливочного масла или 200 г сметаны повышенной жирности

Замесить тесто, разделить на куски по 250–300 г, скатать в шары, накрыть салфеткой и дать настояться 10–15 минут.

Затем каждый шар тонко, в 1 мм, раскатать на круглые пласты. Каждый пласт смазать топленым или сливочным маслом или сметаной. Свернуть рулетом и варить на пару в течение 25–30 минут.

Готовый рулет разрезать на ломтики, уложить на блюдо.

Ковак хунон (паровой рулет с начинкой из тыквы)

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 стакана воды
• 1/2 ч. ложки соли
• 50 г маргарина для смазки
Для начинки:
• 250 г тыквы
• 150 г репчатого лука
• 50 г курдючного сала
• 1/2 стакана сметаны
• перец
• соль
Для подливы:
• 50 г топленого или 75 г сливочного масла

Замесить тесто, разделить на куски, скатать в шары и дать настояться 10–15 минут, тонко раскатать, смазать маргарином и начинить.

Начинку готовят из тыквы. Для этого спелую сладкую тыкву нарезать мелкими кубиками – «горошком», смешать его с рубленым луком, шкварками или мелко нарезанным салом и хорошенько перемешать.

Добавить соль, перец, густую сметану и еще раз перемешать.

Эту начинку положить ровным слоем на подготовленное тесто, скрутить рулетом и отварить на пару, как и другие варианты парового рулета, в течение 20–25 минут, до смягчения тыквы.

Лагман и лапша

Что в котле, то и в половнике

Узбекская пословица

Лагман – распространенное и популярное блюдо, имеющее в кухнях среднеазиатских народов множество вариаций его приготовления.

Принято считать, что это исконно дунганское блюдо, распространившееся потом во многие среднеазиатские страны. Интересно, что дунгане исповедуют ислам, но при этом сохраняют китайские традиции.

Именно китайские кулинарные традиции определяют и нарезку ингредиентов для лагмана: мяса (преимущественно баранины) и овощей, – и его густоту, а также технологию приготовления блюда. Название лагман происходит от искаженного дунганского «лёмян» (люмян или ламян), что буквально значит – «растянутое тесто».

Именно лапша является изюминкой лагмана, поскольку ее приготавливают особым образом из тянутого теста, получая из куска теста одну длинную нить.

При большом количестве бульона лагман – это суп, а при более густой консистенции – второе блюдо: лапша с подливой и сложной начинкой.

В лагман добавляют пряности и зелень. Подают его, по традиции, в больших пиалах, но по-разному. Чаще всего каждому гостю подают тарелку с лапшой, обдав ее горячей водой, и для всех в общей посуде приправу, тушеные вместе с мясом дюцай, редьку, листовую капусту, перец, стручки фасоли, сычуанскую капусту, лук, картошку и другие.

Сотрапезники кладут в свои тарелки с лапшой приправу, смешивают и едят палочками. К лагману полагаются салаты, толченый перец, залитый прокаленным маслом, маринады, дольки сырого чеснока.

В большинстве семей лагман готовят на обед или ужин примерно 2 раза в неделю.

Это обязательное блюдо узбекского праздничного стола. Лагман готовят и на торжества: свадьбы, именины… Лапшу для свадебного блюда растягивают мужчины из целого куска теста весом в несколько килограммов. Поварские способности молодой жены на четвертый день после свадьбы проверяют готовкой именно лагмана.

Лагман из тянутого теста

Для теста:

• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 ч. ложки соли
• 1/2 ч. ложки соды
• 1/2 стакана теплой воды
• 1/2 стакана растительного масла для смазки

Для подливки:

• 500 г мяса
• 150 г репчатого лука
• 1 редька
• 1 морковь средней величины
• 300 г капусты
• 1 баклажан
• 1 головка чеснока
• 3 сладких перца
• 3 помидора
• соль
• перец

Замесить тесто средней крутости из муки и взбитого яйца, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться в течение 1 часа.

После этого тесто смазать раствором соли и соды, еще раз обмять так, чтобы соле-содовый раствор полностью впитался в тесто.

Затем тесто разделить на небольшие ровные кусочки. Скатав ладонями, придать им форму шарика величиной с грецкий орех.

Каждый шарик положить на разделочную доску и, катая ладонями, сформовать жгутики длиной и толщиной с карандаш, уложить жгутики на тарелку рядами.

Чтобы не прилипали друг к другу и приобрели тягучесть, смазать их растительным маслом. После этого каждый жгутик вытянуть в более тонкую, длинную лапшу.

Для этого взять жгутик за оба конца и, ударяя его серединой об стол, растянуть до 1 м, сложить вдвое, проделать эту операцию вторично.

Сложить еще раз вдвое и вытянуть длинную круглую лапшу, как макароны. Таким способом вытянуть все жгутики и отварить в кипящей соленой воде, откинуть на дуршлаг, прополоснуть несколько раз в холодной воде и отставить.

Тем временем приготовить подливу.

Для этого мясо нарезать кубиками, морковь, редьку, сладкий перец, капусту и баклажан – соломкой, лук – полукольцами, помидоры – дольками, чеснок порубить.

Спассеровать в масле лук до золотистого цвета, добавить мясо и жарить, пока не выделится сок.

Затем положить измельченные чеснок, помидоры, сладкий перец, баклажан и жарить до полуготовности.

Налить немного воды, посолить, добавить специи, положить редьку и капусту, тушить на очень слабом огне до полной готовности.

При подаче на стол лагман обдать кипятком, положить в касы или глубокие тарелки, налить подливку, посыпать черным перцем и рубленым чесноком.

Отдельно можно подать виноградный уксус.

Лагман по-узбекски

Для теста:

• 500 г муки
• 2 яйца
• 1/2 стакана воды
• 1/2 ч. ложки соли
• 1/2 ч. ложки соды

Для подливки:

• 500 г мяса
• 300 г растительного масла
• 1 редька
• 1 морковь средней величины
• 300 г капусты
• 2 картофелины
• 3–4 помидора
• 2 сладких перца
• 5–6 зубчиков чеснока
• соль
• перец
• виноградный уксус

Замесить крутое тесто, дать настояться 10–12 минут, тонко раскатать в большой сочень, посыпать мукой, сложить гармошкой и нарезать лапшу шириной 4–5 мм.

Лапшу отварить в кипящей подсоленной воде, вынуть, промыть 2–3 раза в холодной воде, откинуть на дуршлаг.

В другой посуде приготовить подливу – кайла.

Для этого мясо нарезать мелкими кубиками, морковь, редьку, сладкий перец и капусту – соломкой, лук – кольцами, помидоры – дольками, чеснок порубить.

Спассеровать в масле лук, положить мясо, жарить, пока не выделится сок, положить чеснок, помидоры, сладкий перец, жарить до полуготовности.

Налить немного воды, после закипания посолить, ввести специи, положить редьку и капусту, тушить на очень слабом огне до полной готовности всех продуктов.

Если влага испарится, налить немного бульона, в котором варилась лапша. Консистенция подливки должна быть полужидкой.

Когда будет готова подливка, лапшу обдать кипятком, положить слоем на большое блюдо, сверху залить подливкой. При этом жидкость подливки просочится вниз, а кусочки мяса и овощей останутся сверху.

Затем еще положить слой лапши и залить подливкой. Можно подать к столу порциями в касах.

Отдельно подается виноградный уксус и перец.

Шиман (лагман из тонкотянутого теста)

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 ч. ложки соли
• 1 стакан растительного масла
Для подливки:
• 500 г баранины
• 100 г жира
• 2–3 головки лука
• 5–6 долек чеснока
• 2 помидора или 1 ст. ложка томатной пасты
• 1 морковь
• 1 редька средней величины или 3–4 редиски
• 200 г капусты или 1 баклажан
• 1 пучок зелени
• соль и перец
• 6 яиц для яичницы или оладьи

Замесить тесто средней крутости из муки, масла и взбитого яйца, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться в течение 1 часа. Затем тесто смазать раствором соли и соды, еще раз обмять так, чтобы соле-содовый раствор полностью впитался в тесто. Вытянуть длинные жгутики величиной с тонкую вермишель, отварить и откинуть на дуршлаг.

Для подливки в раскаленном жире спассеровать нашинкованный лук и чеснок, положить мелко нарезанное мясо или фарш из баранины, добавить помидоры или томат-пасту.

Положить нарезанные соломкой морковь, редьку или редис, капусту или баклажан и нашинкованную зелень петрушки, укропа или сельдерея, налить воды и дать закипеть на слабом огне, добавить соль, перец. Отдельно зажарить яичницу.

Перед подачей лапшу обдать кипятком, положить в касы, налить подливку, положить на каждую порцию по куску яичницы или нарезанные соломкой оладьи.

* * *

Если в тесте не хватает соли, то лучше добавить ее растворенной в небольшом количестве воды или молока, после чего тесто надо тщательно промесить. Тесто не будет приставать к рукам, если смазать ладони растительным маслом.

Лагман «Шелковая нить»

Для теста:

• 2 стакана муки высшего сорта

• 4 яйца

• соль

Для подливки:

• 300 г баранины или говядины

• 100 г масла

• 150 г репчатого лука

• 5 зубчиков чеснока

• 2 сладких перца

• 350 г помидоров

• 1 морковь

• 15 г сельдерея

• 15 г укропа

• 1 баклажан средней величины

• 50 г фасоли

• соль

• перец

Приготовить крутое тесто только из взбитых яиц, муки и соли, хорошенько вымесить, скатать в шар и оставить на 1012 минут под салфеткой.

После чего раскатать сочень до бумажной тонкости, посыпать мукой, скрутить в рулон и нарезать длинную и тонкую лапшу, похожую на белую нитку. Отварить ее, откинуть на дуршлаг, прополоснуть 2–3 раза в холодной воде, дать стечь и смазать растительным маслом.

В другой посуде приготовить подливу – важу. Для этого нарезать лук кольцами, чеснок порубить, мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать очень мелкими кусочками.

Сладкий перец, сельдерей и укроп мелко нашинковать, помидоры нарезать тонкими дольками, а очищенный баклажан – соломкой.

Раскалить жир, спассеровать в нем лук и чеснок, положить мясной фарш и, когда начнет выделяться сок, положить баклажан, перец и зелень, посыпать солью и молотым перцем и тушить все продукты до полной готовности.

Отдельно отварить фасоль и очищенную морковь.

При подаче лапшу выложить на блюдо, на середину положить мясной фарш, окруженный овощами, сверху посыпать отварной фасолью и нашинкованной соломкой отварной морковью.

Лагман паровой

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/2 ч. ложки соли
• 1/2 стакана воды
Для подливки:
• 450 г мясного фарша
• 100 г масла
• 1 морковь
• 1 редька
• 1 картофелина
• 200 г капусты
• 1 баклажан
• 2 сладких перца
• 2–3 помидора
• 2 головки репчатого лука
• 10 долек чеснока
• соль
• перец
• уксус

Замесить тесто, как на другие варианты лагмана, вытянуть или нарезать лапшу или же использовать полуфабрикат лагманного теста.

Приготовить подливку. Для этого в раскаленном жире спассеровать рубленый лук и чеснок, положить крупномолотый фарш из говядины, обжарить до извлечения мясного сока, добавить морковь, нарезанную соломкой, кружочки сладкого перца, дольки помидоров и баклажанов, нарезанные брусочками, жарить до полуготовности всех продуктов.

Затем положить кубики картофеля, рубленую капусту и редьку, нашинкованную соломкой, залить водой так, чтобы она полностью покрыла содержимое котла, ввести специи (лавровый лист, зиру, кореандр), дать закипеть на медленном огне, если нужно, посолить.

Когда все продукты дойдут до полной готовности, сверху подливки положить ровным слоем подготовленную лапшу.

Если влаги в соусе недостаточно, долить кипятку так, чтобы слегка покрыть лапшу.

Плотно закрыть миской и следить за тем, чтобы не выходил пар, варить на медленном огне в течение 20–25 минут.

По готовности лапшу порционно разложить в касы, залить

подливкой, посыпать рубленой зеленью, отдельно подать виноградный уксус и черный молотый перец.

Лагман на укропном настое

Для теста:
• 500 г муки
• 1 стакан воды
Для настоя:
• 250 г укропа
• 1/2 ч. ложки соли
• 2 стакана кипятка
Для подливки:
• 500 г мяса
• 2 головки репчатого лука
• 2 помидора или 1 ст. ложка томатной пасты
• 2 картофелины
• 100 г топленого масла для обжаривания
• соль
• перец
• 2 стакана кислого молока

В эмалированную кастрюлю положить свежий мелко нарубленный укроп, залить кипятком, как заваривают чай, плотно закрыть крышкой и отставить, пока вода не охладится до комнатной температуры.

После этого укроп хорошо отжать, настой процедить через марлю и на нем замесить крутое тесто.

Раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшу, которую отварить в кипящей подсоленной воде, сполоснуть холодной водой и откинуть в дуршлаг.

Приготовить подливку. Для этого мясо и указанные в рецепте овощи нарезать на мелкие кусочки, обжарить в раскаленном жире до полуготовности, залить водой, дать закипеть, потушить до полной готовности на медленном огне, посолить, поперчить.

Перед подачей на стол лапшу обдать кипятком, положить в касы порционно.

Сверху залить подливкой, в каждую порцию положить 2 ст. ложки взбитого кислого молока, посыпать измельченным укропом.

* * *

При замешивании теста воду или молоко надо вливать в муку понемногу, тонкой струйкой, помешивая приготавливаемое тесто деревянной лопаточкой (а не высыпать муку в жидкость), – тогда тесто будет без комков.

Чузма лагман

Для теста:

• 350 г муки
• 150 мл воды
• 1/2 ч. ложки соли
• 1 яйцо
• 1/2 ч. ложки соды
• 1/2 ч. ложки соли
• 100 мл воды
• 100 мл растительного масла

Для кайлы:

• 1,2 кг баранины (курдючной)
• 270 мл растительного масла
• 200 г репчатого лука
• 250 г моркови
• 300 г картофеля
• 150 г помидоров
• 100 г томатной пасты
• 1,5 л кипяченой воды
• 150 г сладкого перца
• 5 зубчиков чеснока
• специи (кориандр, базилик, зира (ажгон) и немного хмели-сунели)

Предварительно промыть баранину целиком, нарубить небольшими кусочками с косточкой, по 20–30 г, сложить в эмалированную глубокую миску и поставить в холодильник, накрыв полиэтиленовым пакетиком для того, чтобы мясо не обветрилось.

Замесить тесто, скатать его в шар, положить в миску, накрыть салфеткой и дать подойти в течение 30 минут.

В течение этого времени тесто периодически (примерно через 10 минут) следует обмять пару раз.

После этого тесто смазать раствором соды и соли (1/2 ч. ложки соли, 1/2 ч. ложки пищевой соды, полстакана теплой кипяченой воды), еще раз обмять так, чтобы соле-содовый раствор полностью впитался в тесто.

Затем, дав возможность настояться тесту (минут 20–25), разделить его на небольшие кусочки, придать им форму шарика с диаметром в 4–5 см.

Каждый шарик положить на разделочную доску и, катая ладонями, сформовать жгутики длиной и толщиной с сосиску, уложить жгутики на тарелку рядами.

Чтобы они не прилипали друг к другу и приобрели тягучесть, необходимо смазать их растительным маслом.

После чего каждый жгутик вытянуть в более тонкую, длинную лапшу.

Для этого нужно взять жгутик за оба конца и, ударяя его серединой об стол, растянуть до 1 м, сложить вдвое, проделать эту операцию вторично.

Сложить еще раз вдвое и вытянуть длинную круглую лапшу, как макароны.

Таким образом, вытянуть все жгутики и отварить в кипящей соленой воде, откинуть в дуршлаг, прополоснуть несколько раз в холодной воде и отставить.

Овощи почистить, промыть. Лук нарезать полукольцами, морковь – брусочками, картофель – маленькими кубиками, помидоры измельчить произвольно, а сладкий перец – крупными полукольцами.

Поставить казан или толстостенную круглую латку с достаточно высокими бортами на плиту, налить растительное масло и накалить его.

Вынуть мясо из холодильника, положить его в казан и хорошо перемешать. Через 3 минуты можно снова перемешать содержимое казана.

Затем, через 5 минут, вновь перемешать. Как только сок, выделяемый мясом, испарится, а мясо начнет слегка подрумяниваться, (приблизительно через 20–25 минут после закладки мяса) добавить лук, можно сразу же посолить и поперчить, перемешать еще раз и уменьшить огонь.

Через 7–8 минут положить помидоры и снова все перемешать, чтобы помидоры были в основном снизу казана.

Через 5 минут добавить морковь и, перемешав содержимое вновь, оставить так на 5–7 минут.

Затем положить картофель, томатную пасту, снова перемешать и залить горячей водой. Как только вода закипит, убавить огонь до минимума.

Заправить специями. Через 10–15 минут добавить сладкий перец и чеснок (мелко нарубленный). Через 10 минут кайла готова.

На дно тарелки положить немного отваренной лапши, залить сверху подливой с овощами и мясом, посыпать мелко нарубленным укропом или кинзой и подать к столу.

Яичная лапша поджаренная

Для теста:
• 500 г муки
• 1 яйцо
• 1/3 ч. ложки соли
Для поджарки:
• 150 г мясного фарша
• 100 г масла
• 1 головка репчатого лука
• 5–6 долек чеснока
• 1 редька средней величины
• 1 ст. ложка томатной пасты
• 3 яйца
• соль
• перец

Замесить крутое тесто на яйцах, скатать в шар, накрыть салфеткой, отставить минут на 10–15. Затем при помощи длинной скалки раскатать в тонкий (в 2 мм) сочень, нарезать лапшу шириной в 0,5 см и длиной в 10–12 см.

Можно использовать полуфабрикат тянутого лагманного теста. Лапшу отварить в кипящей подсоленной воде, ополоснуть 2–3 раза в холодной воде, откинуть в дуршлаг, чтобы стекла вся жидкость.

В широкой сковороде растопить масло, положить в него подготовленную лапшу, слегка обжарить, помешивая шумовкой, затем лапшу собрать на одну половину сковороды, а на освободившуюся часть влить сырые яйца и обжарить, по готовности положить их на лапшу. Затем все вместе поджарить с отдельно приготовленной поджаркой.

Поджарку приготовить так: в раскаленном жире сначала спассеровать рубленый лук и чеснок, положить мясной фарш и редьку, нашинкованную тонкой соломкой, томатную пасту; поджарить, помешивая, налить немного воды или бульона и тушить до готовности всех продуктов, заправить солью и перцем.

Подготовленную таким образом поджарку соединить с лапшой и пожарить еще немного, все время помешивая.

При подаче на стол положить по порциям на тарелки, посыпать рубленой зеленью, отдельно подать виноградный уксус.

Отварная лапша с кислым молоком

Для теста:

• 500 г муки

• 2 яйца или 1 стакан молока

• 1/2 ч. ложки соли

Для пассеровки:

• 150 г топленого масла или бараньего жира

• 3–4 головки репчатого лука

• соль

• перец

• 1 стакан кислого молока для заправки

Замесить довольно крутое тесто на молоке или яйцах, скатать в шар, накрыв салфеткой, дать расстояться минут 10–15. Затем тесто тонко раскатать и нарезать лапшу шириной в 0,5 см и длиной в 15–20 см.

Стряхнуть муку, дать лапше подсохнуть несколько минут, затем отварить в кипящей подсоленной воде, откинуть в дуршлаг, после того как стечет вся влага, уложить на блюдо, сверху посыпать спассерованным луком, черным перцем и полить кислым молоком.

Густая отварная лапша с подливой

Для теста:
• 500 г муки
• 2 яйца
• 1/2 ч. ложки соли
• 1/2 ч. ложки пищевой соды
Для подливки:
• 500 г мяса
• 300 мл растительного масла
• по 1 редьке и моркови средней величины
• 300 г капусты
• 2 картофелины
• 3–4 помидора
• 2 сладких перца
• 5–6 долек чеснока
• соль
• перец

Тесто приготовить, как на лапшу, после 10–12-минутной расстойки тонко (в 2 мм) раскатать в большой сочень, посыпать мукой, сложить гармошкой и нарезать лапшу шириной 4–5 мм. Лапшу отварить в кипящей подсоленной воде, вынуть, промыть 2–3 раза в холодной воде, откинуть в дуршлаг.

В другом котле приготовить подливу – кайла. Для этого сало и мясо нарезать мелкими кубиками, морковь, редьку, болгарский перец и капусту соломкой, лук кольцами, помидоры дольками, чеснок порубить.

Растопить жир, спассеровать в нем лук, положить мясо, жарить, пока не выделится сок, положить чеснок, помидоры, болгарский перец, жарить до полуготовности.

Налить немного воды, после закипания испробовать на соль, ввести специи, положить редьку и капусту, тушить на очень медленном огне до полной готовности всех продуктов.

Если влага испарится, налить немного бульона, в котором варилась лапша.

Консистенция подливки должна быть полужидкой. Когда будет готова подливка, лапшу обдать кипятком, положить слоем на большое блюдо, сверху залить подливкой.

При этом жидкость подливки просочится вниз, а кусочки мяса и овощей останутся сверху. Затем еще положить слой лапши и залить подливкой.

Можно подать порциями в касах. Отдельно подается виноградный уксус и перец.

Угра палов (плов с лапшой)

Для теста:

• 500 г муки

• 3 яйца

• 1/2 стакана воды

• 1 ч. ложка соли

Для зирвака:

• 250 г масла

• 2 головки лука

• 500 г мяса

• 300 г моркови

• соль

• перец

Приготовить крутое тесто только на яйцах, раскатать и нарезать лапшу.

Высушить на смазанных противнях духовки. После этого обмять ладонями так, чтобы из лапши получились мелкие кусочки, напоминающие зерна риса.

Приготовить из мяса, лука, масла, моркови с добавлением соли и специй зирвак. В зирвак положить лапшу, залить водой так, чтобы слегка покрылась.

Когда вода испарится, закрыть на 20–25 минут.

Вермишель палов (плов из вермишели)

- *150 г вермишели*
- *100 г мяса*
- *50 г жира*
- *150 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*

Яичную вермишель размельчить до величины с рисовую крупинку, просеять. Приготовить зирвак как указано в предыдущем рецепте, и вместо лапши засыпать подготовленную вермишель.

Плов с вермишелью можно приготовить и другим способом: яичную вермишель опустить в кипящую подсоленную воду (на 100 г вермишели 500 мл воды и 1/2 ч. ложки соли). Когда кипение возобновится, уменьшить огонь и варить в течение 6–8 минут, изредка помешивая. Откинуть в дуршлаг, обдать холодной водой и дать стечь.

В другой посуде приготовить зирвак: обжарить в раскаленном жире мясо, лук, морковь, налить немного воды, довести все продукты до полной готовности. Когда в зирваке испарится вся влага, положить вареную вермишель, посыпать солью, перемешать все содержимое, жарить 34 минуты для того, чтобы жир впитался в вермишель и она прогрелась. Затем переложить на блюдо горкой и подать на стол с овощным салатом.

Каши и кускус

Ячмень и пшеница – пища,
серебро и золото – камень

Узбекская пословица

Среди узбекских каш главная – шавля (шавла), готовящаяся с большим количеством жиров, лука и воды. Зачастую те, кто мало знаком с узбекской кухней, принимают похожую по составу продуктов кашу за плов, да и в поваренных книгах их иногда путают.

Прежде всего плов и шавлю «роднит» рис (или другая, заменяющая его зерновая или бобовая основа), а также мясо, морковь, лук. Однако соотношение этих продуктов, способ и продолжительность приготовления совершенно иные, что оказывает влияние на жирность, консистенцию и вкус шавли. Что еще отличает ее от плова?

В первую очередь бросаются в глаза количественные различия:

1. Соотношение риса, мяса, моркови – 1,5:1:1 или иногда 2:1,5:1,5. При этом вместо мяса можно брать иные овощи или фрукты, но общий их с морковью удельный вес по отношению к рису не изменится.

2. Соотношение лука и помидоров – 1:1. Лука в шавле больше, чем в плове.

3. Доля жиров (масел) на 50% больше, чем в плове.

4. Воды в зирвак шавли заливают больше, чем в зирвак плова, – из расчета 1 л воды на каждый 1 кг вложенного риса.

Порядок приготовления шавли. Приготовить шавлю значительно проще, чем плов, но вместе с тем она и по вкусу проще, зауряднее плова.

1. Зирвак приготовляют, как для плова, но в него добавляют еще помидоры (в конце).

2. В приготовленный зирвак заливают сразу всю воду (из расчета, указанного выше) и дают ей закипеть, после чего закладывают рис, соль, пряности.

3. Шавлю варят, помешивая, до полного выпаривания воды.

Если воды оказывается мало, а продукты еще не готовы, разрешается долить кипяток в процессе приготовления.

4. Готовую шавлю так же, как и плов, ставят на упревание в закрытой посуде на 15 минут.

Остальные узбекские каши по своему приготовлению и

составу (зерновая или бобовая основа, мясо, пряности, иногда овощи) значительно проще шавли. Среди них наиболее специфическими являются такие блюда, как халим и буламик.

Плов с пшеницей

- *120 г баранины*
- *240 г пшеницы*
- *240 г моркови*
- *120 г репчатого лука*
- *100 г жира*
- *6 г пряной смеси*
- *соль*

Дробленую пшеницу замочить на 3 часа в теплой воде.

Для плова приготовить зирвак. В зирвак засыпать пшеницу вместо риса.

Для приготовления этого плова воды налить в два раза больше обычного.

Бурдой палов (плов из пшеницы)

- *200 г пшеницы*
- *100 г мяса (говядина)*
- *60 г бараньего сала*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*
- *специи*

Очищенную пшеницу замочить теплой водой на 3–4 часа. Перетопить бараний жир, снять шкварки, обжарить нарезанное ломтиками мясо вместе с луком. Затем положить морковь, нашинкованную соломкой, и жарить до полуготовности. Налить воды и варить в течение 45–50 минут, заправить солью и специями.

По готовности зирвака засыпать подготовленную пшеницу, налить несколько больше воды, чем в плов с рисом, т.е. 3 см над уровнем содержимого казана. Варить на сильном огне при равномерном и бурном кипении до полного набухания зерна.

Если вода испарилась, а пшеница еще не готова, доливать понемногу кипятку до полной готовности. Накрыть на упревание на 30–35 минут.

Подать на стол, как и другие пловы, с салатом или уксусом.

Сокли вотка (пшенная каша)

- *300 г пшена*
- *200 г баранины*
- *175 г топленого масла*
- *150 г репчатого лука*
- *150 г моркови*
- *200 г свежих помидоров*
- *специи*
- *соль*

Мясо нарезать ломтиками, морковь – соломкой, лук – кольцами. Пшено поджарить на масле.

В перекаленном жире пережарить куски мяса, добавить лук и жарить до тех пор, пока не зарумянится.

Добавить морковь, помидоры или томатную пасту и тушить вместе с другими продуктами 10–15 минут.

Затем налить воду, дать закипеть, добавить соль, специи, положить промытое пшено, варить, часто помешивая.

После того как выпарится вся вода, снять котел с огня и закрыть крышкой на 10–15 минут.

Ширгуруч (молочная рисовая каша)

- *250 г риса*
- *500 мл молока*
- *125 мл воды*
- *25 г топленого масла*
- *1 ст. ложка сахарной пудры*
- *соль*

Рис перебрать и хорошо промыть. В кастрюлю налить воды, дать закипеть. Положить рис и немного соли.

Когда рис сварится, постепенно налить молоко, при этом кашу следует постоянно помешивать.

По готовности снять кастрюлю с огня и дать постоять каше под крышкой в течение 5–6 минут.

Затем положить ее на блюдо, полить топленым маслом, посыпать сахарной пудрой, подать к столу.

Гречка палов (плов из гречки)

- *250 г гречневой крупы*
- *50 г топленого масла*
- *100 г мякоти говядины*
- *100 г моркови*
- *50 г лука*
- *соль*

Разогреть топленое масло, спассеровать в нем кольца лука, положить ломтики мяса и обжарить до полуготовности.

Затем добавить морковь, нарезанную соломкой или кубиками, залить водой и тушить на медленном огне при закрытой крышке до полной готовности, если необходимо, досолить.

Тем временем положить на сковороду ложку топленого или сливочного масла и всыпать гречневую крупу, спассеровать, часто помешивая.

Эту крупу положить в зирвак, залить равномерно теплой водой и варить до готовности, изредка помешивая ложкой верхний (гречневый) слой.

Накрыть на 30 минут.

* * *

Рис при варке не пристанет ко дну кастрюли, если туда предварительно положить тонкую лепешку из пресного теста.

Кади гуруч (молочная рисовая каша с тыквой)

- *250 г риса*
- *750 мл молока*
- *250 мл тыквы*
- *50 г топленого масла*
- *соль*

Рис перебрать и хорошо промыть. В кастрюлю налить воды, дать закипеть. Положить рис и немного соли.

Когда рис сварится, постепенно налить молоко, при этом кашу следует постоянно помешивать.

Тыкву очистить, натереть на терке. Эту массу положить в полуготовую кашу и продолжать варить, часто помешивая.

Готовую кашу немного посолить, положить на блюдо, полить топленым маслом и подать к столу.

Буламик (каша, приготовленная из муки, масла и мяса)

- *250 г пшеничной муки*
- *250 мл молока*
- *соль*
- *50 г топленого масла*
- *100 г мяса*
- *75 г репчатого лука*

Кукурузную муку развести в молоке, поставить на огонь и варить до сгущения.

В другой кастрюле пережарить на топленом масле лук с мясным фаршем.

Затем смешать с мучной кашей, дать отстояться и подать к столу.

Мош-гуруч ботка (молочная каша из маша и риса)

- *250 г маша*
- *250 г риса*
- *1 л молока*
- *масло*
- *соль*

Отварить маш, слить воду, залить кипяченым молоком, затем добавить промытый рис и варить, перемешивая, до полной готовности.

Перед подачей на стол посолить, положить на тарелочки, полить топленым маслом.

Халим (каша из пшеницы)

- *125 г пшеницы*
- *150 г баранины*
- *100 г масла*
- *корица*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Пшеницу растолочь в ступе, сбрызгивая водой, за 5–6 часов до начала варки замочить в кипятке.

Баранину нарезать кубиками и обжарить в масле.

Засыпать подготовленную пшеницу, залить водой, варить на слабом огне 2 часа, постепенно помешивая.

Если вода испарилась, а пшеница не готова, подлить кипяток.

Посолить халим и заправить пряностями только после готовности.

Крупа кускус по-узбекски

- *1 1/2 стакана манной крупы*
- *1 стакан пшеничной муки*
- *соль*

Манную крупу высыпать ровным слоем на плоское блюдо, левой рукой сбрызнуть ее холодной подсоленной водой, а правой рукой со слегка растопыренными пальцами катать ее по кругу слева направо.

После образования первых крупинок крупу время от времени посыпать мукой или сбрызгивать водой, чтобы они увеличивались в объеме.

Когда вся манная крупа превратится в катышки, последние просеять сначала через крупное сито, а потом через мелкое.

Катышки, которые останутся в мелком сите, будут использоваться для приготовления кускуса.

Остальные снова высыпать на блюдо, посыпать мукой, сбрызнуть водой и продолжать их катать до увеличения объема.

При желании кускус в некоторых блюдах можно заменить пшеничной, ячневой или кукурузной крупой, а также лапшой либо мелкой вермишелью.

Кускус по-узбекски

- *500 г крупы кускус*
- *3 ст. ложки сливочного масла*
- *2 ст. ложки оливкового масла*
- *1/3 ч. ложки молотой корицы*
- *соль*

Крупу замочить в холодной воде на 10 минут, а потом хорошо перемешать, чтобы не было комков.

Подготовленную крупу сварить на пару до полуготовности (20 минут), опустить в холодную воду и оставить на 10 минут.

Затем посолить, влить оливковое масло и варить на пару примерно 15 минут.

Готовый кускус выложить на блюдо, на него положить кусочки сливочного масла и посыпать корицей.

Кускус с бараниной и миндалем

- *500 г баранины*
- *500 г кускуса*
- *100 г очищенного миндаля*
- *1 головка репчатого лука*
- *1/2 ст. ложки топленого масла*
- *1/2 пучка зелени петрушки*
- *1/2 ч. ложки молотой корицы*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать порционными кусками, залить небольшим количеством воды, добавить измельченный лук, топленое масло, корицу, перец и соль, довести до кипения и тушить на медленном огне. Через 10 минут добавить миндаль, влить 0,5 стакана воды и тушить до готовности (примерно 40 минут).

Кускус выложить на блюдо, сверху на него положить мясо и миндаль, все полить соком, в котором тушилось мясо, и украсить веточками петрушки.

* * *

Если рис положить в кипящую подсоленную воду (10 г соли на 1 литр воды), в которую предварительно капнули немножко лимонного сока, то сваренный рис будет рассыпчатым и сохранит свой цвет.

Кускус с молодым барашком

- *500 г мяса молодого барашка*
- *500 г кускуса*
- *1 кг зеленых бобов*
- *2 молодых кабачка*
- *2 клубня картофеля*
- *1 головка репчатого лука*
- *100 г курдючного сала*
- *200 мл растительного масла*
- *2 ст. ложки томатной пасты*
- *1 ст. ложка аджики*
- *1 ч. ложка молотой корицы*
- *по 1/2 ч. ложки черного и красного молотого перца*
- *соль*

Кускус смочить холодной водой, выложить в дуршлаг. Дуршлаг положить на кастрюлю с водой и варить крупу на пару до полуготовности (в течение 30 минут после того, как вода в кастрюле закипит).

Затем положить в кастрюлю кабачки, а крупу промыть, выложить на блюдо и размять комки деревянной ложкой. После этого снова переложить ее в дуршлаг и продолжить варить на пару еще в течение 30 минут.

Мясо и сало нарезать крупными кусками, натереть их солью, черным и красным перцем, аджикой, смешать с мелко нарезанным луком и быстро обжарить в растительном масле.

Затем добавить томатную пасту и 1 стакан воды и тушить под крышкой на медленном огне. Через 20 минут в кастрюлю положить целый очищенный картофель и вылущенные зеленые бобы, влить 1,5 л воды и варить до готовности.

Перед подачей на стол готовый кускус выложить на блюдо и посыпать корицей, рядом положить барашка с овощами.

* * *

Чтобы сохранить полезные вещества, овсяную, перловую и пшеничную крупы надо мыть сначала в теплой, а потом в горячей воде. Рис надо мыть в холодной воде.

Кускус из ячневой крупы с бараниной и овощами

- *400 г баранины*
- *2 стакана ячневой крупы*
- *2 баклажана*
- *200 г капусты*
- *3 моркови*
- *3 головки репчатого лука*
- *1 стручок острого красного перца*
- *100 г сливочного масла*
- *1 пучок зелени кинзы*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *1/4 ч. ложки молотого шафрана*
- *молотый имбирь на кончике ножа*
- *2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

В кастрюлю положить мясо, нарезанное небольшими порционными кусками, 1 мелко нарезанную луковицу, нашинкованную капусту, 3 ст. ложки сливочного масла, черный перец, шафран, имбирь, соль и влить 1,5 л воды.

Поставить на огонь и довести до кипения.

После этого на кастрюлю положить дуршлаг с ячневой крупой и варить ее над паром примерно 30 минут.

Готовую крупу выложить на блюдо, слегка остудить, сбрызнуть холодной водой и перемешать.

В кастрюлю с мясом выложить нарезанные кружочками баклажаны и морковь, а также мелко нарезанную зелень кинзы и петрушки, красный перец и оставшийся лук и тушить в течение 30 минут.

За 3 минуты до окончания тушения дуршлаг с ячневой крупой снова положить на кастрюлю.

Готовый кускус выложить на блюдо, заправить оставшимся сливочным маслом, а сверху положить мясо и овощи.

Кускус с рыбой и кабачками

- *1 кг филе рыбы*
- *2 кабачка*
- *2 стакана крупы кускус*
- *1 вареное яйцо*
- *2 помидора*
- *1 корень сельдерея*
- *2 головки репчатого лука*
- *5 ст. ложек оливкового масла*
- *3 ст. ложки сливочного масла*
- *1 ст. ложка аджики*
- *3 лавровых листа*
- *несколько веточек зелени петрушки*
- *1 веточка чабреца*
- *1/4 ч. ложки молотого тмина*
- *1/4 ч. ложки молотой корицы*
- *1 ч. ложка красного молотого перца*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Рыбу нарезать порционными кусками, кабачки – крупными дольками, лук и корень сельдерея нарубить. С помидоров снять кожицу.

Подготовленную рыбу, лук, корень сельдерея и помидоры смешать с черным перцем, аджикой, тмином, чабрецом и обжаривать в оливковом масле в течение 10 минут.

Потом добавить кабачки, красный перец, соль, лавровый лист и тушить еще 25 минут.

За 3 минуты до готовности убрать лавровый лист и чабрец.

Кускус приготовить в дуршлаге над кастрюлей с рыбой и овощами, после чего выложить на блюдо, заправить сливочным маслом, посыпать корицей.

Наверх в углубление положить рыбу с овощами.

Блюдо полить соусом из кастрюли, в котором тушилась рыба, украсить веточками петрушки и нарезанным ломтиками яйцом.

Кускус с рыбой и айвой

- *1 кг филе рыбы*
- *800 г крупы кускус*
- *5 шт. айвы*
- *1 стакан гороха*
- *1/2 стакана оливкового масла*
- *1 ст. ложка томатной пасты*
- *соль*

Горох залить холодной водой и оставить на ночь. Рыбу посолить.

Айву разрезать на четвертинки и удалить сердцевину.

В кастрюле нагреть оливковое масло, положить в него набухший горох и томатную пасту, влить 1,5 л воды и довести до кипения.

В дуршлаге над кастрюлей сварить кускус.

После этого положить в кастрюлю рыбу, айву и варить до готовности.

Кускус горкой выложить на блюдо, в углубление наверху положить рыбу и айву.

Кускус с курицей и горохом

- *700 г мяса курицы*
- *500 г кускуса*
- *3 ст. ложки гороха*
- *1 головка репчатого лука*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *1 ст. ложка топленого масла*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Горох залить холодной водой и оставить на ночь.

Курицу разрубить на порционные куски, лук мелко нарезать и в течение 10 минут обжаривать с мясом в топленом масле, а затем посолить и поперчить.

Добавить горох, влить 2 стакана воды и варить до готовности.

Кускус заправить сливочным маслом, выложить на блюдо, а сверху положить курицу с горохом.

Шавля с мясом по-узбекски

- *1/2 стакана риса*
- *100 г мякоти баранины*
- *1 морковь*
- *1 головка репчатого лука*
- *200 г топленого масла*
- *несколько веточек зелени кинзы*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Мясо нарезать небольшими кусочками и обжарить в топленом масле.

Затем добавить измельченный лук, нарезанную мелкими кубиками морковь и рис, посолить, поперчить, влить 1 стакан воды и варить, накрыв крышкой, на медленном огне примерно 20 минут.

Готовую кашу выложить на блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы.

* * *

Помидоры будут легче очищаться от кожицы, если предварительно их ошпарить кипятком и сразу же опустить в холодную воду.

Шавля

- *600 г риса*
- *400 г мяса*
- *350 г жира*
- *3 луковицы*
- *400 г моркови*
- *2–3 помидора*
- *пряности*
- *соль*

Мясо, лук и морковь обжарить в жире, добавить измельченные помидоры, влить воду.

После того как она закипит, посолить, положить пряности, рис и варить, часто помешивая и, если необходимо, доливая кипяток.

Готовую шавлю плотно закрыть крышкой и оставить для упревания на 15 минут.

Шавля с фасолью

- *400 г риса*
- *300 г мяса*
- *300 г моркови*
- *200 г фасоли*
- *300 г жира*
- *3 луковицы*
- *3 помидора*
- *1/2 ч. ложки красного перца*
- *соль*

Нарезать кубиками мясо, морковь, лук и помидоры и обжарить в раскаленном жире.

Залить водой и добавить предварительно замоченную фасоль. Когда фасоль будет почти готова, положить рис.

Посолить, поперчить и варить при помешивании.

Шавля с урюком

- *2,5 стакана риса*
- *300 г урюка*
- *1 1/2 стакана растительного масла*
- *3 моркови*
- *3 луковицы*
- *зелень кинзы*
- *зеленый лук*
- *черный перец*
- *соль*

Обжарить лук и морковь в перекаленном масле, налить воду, довести до кипения, посолить, положить специи и урюк.

Уложить рис и сварить до готовности.

Выложить на блюдо и посыпать зеленью.

Каша из пророщенных зерен пшеницы

- *1 стакан пророщенных зерен пшеницы*
- *1 апельсин*
- *1/2 граната*
- *1 ст. ложка сливочного масла*
- *1 ч. ложка меда*
- *молотый имбирь на кончике ножа*
- *сахар*
- *соль*

Зерна пшеницы залить теплой водой и оставить на 1 час.

Затем воду слить, зерна залить новой, поставить на огонь, довести до кипения, посолить, добавить сахар и имбирь и варить на медленном огне до готовности.

Полученную кашу заправить сливочным маслом, полить медом и украсить ломтиками апельсина и зернами граната.

Манная каша с медом

- *300 г манной крупы*
- *3 ст. ложки сливочного масла*
- *4 ст. ложки меда*
- *1,5 л воды*
- *соль*

Воду довести до кипения и тонкой струйкой, постоянно помешивая, всыпать манную крупу.

Не переставая помешивать, довести кашу до кипения и варить на среднем огне в течение 10 минут, после чего убавить огонь до минимального, положить 1 ст. ложку сливочного масла и соль и варить до готовности (примерно 20 минут). Чтобы не было комочков, кашу необходимо все время мешать.

Готовую кашу выложить в миску, полить медом и заправить оставшимся сливочным маслом.

* * *

Блюда из манной крупы будут легче и воздушнее, если за полчаса до варки замочить (для набухания) крупу в воде или молоке.

Овощные и фруктовые блюда

Яблоко пади и в рот попади

Узбекская пословица

Фрукты в Узбекистане растут в изобилии, причем самые разные: виноград, дыни, арбузы, абрикосы, груши, яблоки, айва, хурма, вишня, гранаты, лимоны и инжир.

Овощи не менее обильны. К обычным перцам, репам, огурцам и сочным помидорам можно добавить некоторые менее известные разновидности зеленой редьки, желтой моркови и семейства тыквенных.

Конечно, не все эти культуры произрастали здесь исторически. Так, после присоединения Средней Азии к России в Узбекистане стали выращивать помидоры, картофель, капусту, редиску, сахарную свеклу и др.; культивировать смородину, клубнику и малину, ранее не встречавшиеся здесь сорта яблок, черешни, а также винограда, привезенные с Кавказа и из Крыма.

Овощи в узбекской кухне в качестве самостоятельных блюд практически не применяются. Они либо идут в супы, либо выступают в роли закуски к мясным блюдам и пловам. В этом случае их употребляют сырыми. Но чаще всего овощи служат полуфабрикатами к зерновым, мучным или мясным кушаньям: зирвак – к плову (или шавле), а также как начинка к салие, ваджа – к лагману (или шиме).

Для этого овощи обжаривают в большом количестве жира. Из овощей как основные ингредиенты и как специи, придающие остроту и аромат кушанью, используются чеснок, лук, редис и редька.

В последнее время в узбекской кухне широкое распространение получили блюда из картофеля, капусты, помидоров и баклажанов. Из зелени часто употребляется укроп, петрушка, сельдерей, кинза, зеленый лук, зелень чеснока, мята, веточки и листья райхана (садового базилика), а также жамбила (тимьяна).

Довольно часто на десерт к узбекскому столу подают арбуз или дыню, по окончании которого можно снова попить чаю. А иногда в качестве десерта могут служить всевозможные фрукты и виноград.

Жареная стручковая фасоль

- *500 г стручковой фасоли*
- *3 ст. ложки сливочного масла*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль по вкусу*

У фасоли удалить грубые волокна и отварить ее в подсоленной воде.

Сливочное масло растопить на сковороде, выложить на нее отварную фасоль, поперчить и быстро обжарить на среднем огне (не более 3 минут).

Готовую фасоль выложить на блюдо и посыпать измельченной зеленью петрушки.

Отварная фасоль

- *2 1/2 стакана фасоли*
- *4 помидора*
- *4 головки репчатого лука*
- *5 ст. ложек растительного масла*
- *черный молотый перец*
- *соль по вкусу*

Фасоль залить холодной водой и оставить на ночь.

Затем воду слить, залить снова, поставить на огонь, довести до кипения и варить в течение 30 минут, после чего добавить измельченный лук, растительное масло, соль, перец и варить до готовности.

За 7 минут до окончания варки в кастрюлю положить очищенные от кожицы и нарезанные тонкими ломтиками помидоры.

Фаршированная репа

• 10 штук репы

• 1 стакан сметаны или 100 г сливочного масла для смазки

Для фарша:

• 500 г мяса

• 1 стакан отварного риса или 1 яйцо

• 140 г репчатого лука

• соль

• специи

Репу помыть, очистить от кожуры.

Ножом сделать углубления. Наполнить их мясным фаршем и варить на ярусах паровой кастрюли 35–40 минут, до смягчения репы.

Для фарша жирную баранину или говядину пропустить через мясорубку с мелкими отверстиями.

Добавить рубленый лук, отварной рис или сырое яйцо, соль, перец и хорошо перемешать.

Готовое блюдо подать в тарелках, смазав сметаной или сливочным маслом.

Голубцы из капусты

• 2 кг капусты

Для фарша:

• 500 г жирного мяса

• 100 г риса

• 1 яйцо

• 300 г репчатого лука

• 200 г помидоров

• черный молотый перец

• соль

Для соуса:

• 2 лавровых листа

• 1 стручок красного перца

• 1 ч. ложка соли

• 1 стакан кислого молока или сметаны

Мякоть отделить от костей, порубить или пропустить через мясорубку, добавить рис (полуготовый), мелко нашинкованный лук, яйцо, соль, черный перец и сок помидоров. Все это тщательно перемешать.

Кочан капусты опустить на 10–15 минут в кипяток. Когда листья станут мягкими, эластичными, отделить их от кочана, положить на них фарш, сделать голубцы.

Положить в кастрюлю кости, сверху разложить голубцы. Чтобы придать аромат соусу, добавить лавровый лист, стручок красного перца и посолить.

Затем налить воды так, чтобы она покрыла голубцы, накрыть тарелкой, на тарелку положить груз.

Кастрюлю поставить сначала на средний огонь, дать закипеть, потом варить на слабом огне 25–30 минут.

Готовые голубцы разложить на тарелки, залить соусом и подать к столу.

Отдельно к голубцам подать сметану или кислое молоко.

* * *

Сырые овощи лучше резать на пластмассовой дощечке, так как деревянная впитывает сок. Если новую деревянную доску несколько раз с промежутками 1–2 часа обильно смазать подсолнечным маслом, она потеряет гигроскопичность и станет «вечной».

Исмалок долма (голубцы с листьями шпината)

- *500 г жирной баранины*
- *300 г репчатого лука*
- *1/2 стакана отварного риса или 1 яйцо*
- *соль*
- *перец*
- *200 г крупных листьев шпината*

Листья шпината вымыть в холодной воде, обдать кипятком, чтобы стали эластичными, откинуть на дуршлаг.

Приготовить фарш из жирной баранины, пропустив через мясорубку в два приема.

В фарш добавить мелко нашинкованный лук, отварной рис (его можно заменить сырым яйцом), соль, черный молотый перец и все хорошо перемешать.

Затем фарш завернуть в подготовленные листья шпината и оформить голубцы.

На дно кастрюли положить тарелку, на нее сложить голубцы, сначала более крупные, а затем мелкие.

Добавить сливочное масло, залить водой так, чтобы покрыть содержимое кастрюли, сверху накрыть другой тарелкой, на нее поставить груз и варить в течение 30–35 минут на очень слабом огне.

Готовое кушанье разложить на сервировочные тарелки.

Тухум долма

- *10 яиц*
- *800 г мяса*
- *180 г репчатого лука*
- *50 г толченых сухарей*
- *1 кг хлопкового масла для фритюра*
- *соль*
- *специи*

Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы.

Мясо мелко порубить. В полученный фарш добавить лук и толченые сухари.

Яйца завернуть в фарш, сделать в виде котлет, смочить во взбитых яйцах и обжарить во фритюре до образования румяной корочки.

Готовую долму уложить по две-четыре штуки в тарелки и подать на стол с салатом или овощами.

Олхори долма (слива фаршированная)

- *1 кг слив*
- *250 г жирной баранины*
- *соль*

Отобрать спелые и крупные плоды сливы, обмыть их в холодной воде, сделать надрез вдоль бороздки и вынуть косточки.

Приготовленные таким образом сливы начинить мясным фаршем, уложить в кастрюлю, залить водой и варить на очень слабом огне 25–30 минут.

Сливы положить в тарелки, полить соусом и подать на стол.

Тыква, тушенная с овощами

- *500 г мякоти тыквы*
- *2 сладких перца*
- *1 головка репчатого лука*
- *3 ст. ложки гороха*
- *1 стакан оливкового масла*
- *1 ст. ложка томатной пасты*
- *1 ч. ложка аджики*
- *красный молотый перец*
- *соль по вкусу*

Горох залить холодной водой и оставить на ночь.

Лук и сладкие перцы нарезать крупными полукольцами и обжарить в оливковом масле, после чего добавить томатную пасту, горох, аджику, стакан воды и тушить на медленном огне в течение 20 минут.

Затем положить в кастрюлю нарезанную небольшими ломтиками тыкву, посолить, поперчить и тушить до готовности (примерно 30 минут).

Тыква, тушенная с рисом и изюмом

- *500 г мякоти тыквы*
- *1/2 стакана отварного риса*
- *3 ст. ложки изюма*
- *1 стакан сахара*
- *100 г сливочного масла*
- *1/2 стакана молока*

Изюм обжарить в 50 г растопленного сливочного масла.

Тыкву нарезать небольшими кубиками, залить кипятком и варить в течение 15 минут.

Затем добавить рис, сахар, оставшееся сливочное масло, влить молоко и, постоянно помешивая, варить еще в течение 20 минут.

За 5 минут до готовности положить обжаренный изюм.

Готовое кушанье разложить на тарелки.

Кади бийрон (тыква тушеная)

- *1 кг тыквы*
- *1,5 кг жира*
- *200 г сметаны*
- *соль*

Очищенную от кожуры и семечек тыкву нарезать большими кубиками, посолить. Из топленого масла сделать фритюр, обжарить в нем тыкву до образования корочки.

В кастрюлю налить немного кипятку, опустить поджаренную тыкву, залить сметаной, накрыть крышкой.

Тушить на слабом огне в течение 10–12 минут.

Тыква фаршированная

- *1 тыква средней величины*
- *500 г жирной баранины*
- *130 г репчатого лука*
- *соль*
- *специи*
- *перец*

Взять спелую тыкву, срезать «крышку» в 2–3 см ниже плодоножки, вынуть семена вместе с семенными волокнами.

Из мяса приготовить фарш и наполнить им тыкву, накрыть срезанной «крышкой». Поставить на подносе в духовку или в тандыр на 2–3 часа.

Для фарша мелко порубить баранину, заправить луком, солью и черным перцем, все перемешать.

У готовой тыквы отделить корку, а мякоть с фаршем положить на блюдо.

* * *

Потерявшие свежесть овощи можно освежить, если продержать их 1–1,5 часа в холодной воде, куда добавлены 3–4 ст. ложки уксуса.

Фаршированный перец

• 1 кг сладкого перца
• 1 стакан кислого молока или сметаны
Для фарша:
• 500 г мяса
• 100 г риса или 1 яйцо
• 250 г репчатого лука
• 200 г помидоров
• черный молотый перец
• соль
Для соуса:
• 2 лавровых листа
• 1 стручок красного перца
• 1 ч. ложка соли

Приготовить фарш из жирной баранины, пропустив через мясорубку в два приема.

В фарш добавить мелко нашинкованный лук, отварной рис, овощи, соль, черный молотый перец и все хорошо перемешать.

У сладкого перца обрезать верхушки, вычистить семена.

Подготовленный таким образом перец положить в кипящую подсоленную воду на 2–3 минуты, затем выложить на сито и дать стечь воде.

После этого наполнить перец подготовленным фаршем.

В кастрюлю положить кости, а поверх них разложить нафаршированный перец, залить водой, добавить специи и варить на слабом огне 40–50 минут.

Готовый перец переложить в тарелки, полить соусом, в котором варился перец.

Айва фаршированная

- *10 айвы*
- *700 г мяса (мякоть)*
- *1/2 стакана отварного риса или 1 яйцо*
- *70 г репчатого лука*
- *соль*
- *специи*

Выбрать спелые, твердые и неповрежденные плоды айвы, очистить их от пушка и плодоножки, при помощи желобкового ножа соскоблить мякоть, удалить семена, сделать углубления и положить в кипяченую воду, иначе они почернеют.

Приготовить фарш из жирного мяса с добавлением рубленого лука, сырого яйца или

отварного риса, соли и перца. Перемешать и нафаршировать айву.

Готовить на пару, в ярусах каскана (паровой кастрюли), время готовности – 50 минут.

Помидор бийрон (помидоры тушеные)

- *1 кг помидоров*
- *500 г репчатого лука*
- *150 г жира*
- *соль*
- *красный молотый перец*

Пережарить лук до коричневого цвета, положить нарезанные помидоры, тушить в течение 15 минут вместе с луком.

Затем посыпать солью, перцем, подать на стол.

Помидоры фаршированные, паровые

• 20 помидоров

Для фарша:

• 500 г мяса
• 500 г курдючного сала
• 1/2 стакана отварного риса или 1 яйцо
• 180 г репчатого лука
• соль
• специи

Для супа:

• 100 г жира
• 130 г репчатого лука
• 200 г картофеля
• 60 г моркови
• 1 сладкий перец
• соль
• специи

Взять зрелые, не очень крупные помидоры. Срезать верхушки и осторожно, при помощи острого ножа, удалить сердцевину.

В образовавшиеся углубления положить по щепотке соли и кусочку курдючного сала величиной 1 см, наполнить фаршем.

Для приготовления фарша мелко порубить мясо, разбить яйцо, добавить лук, рис, соль и специи, хорошо перемешать.

Ярусы манты-каскана смазать маслом и на них уложить наполненные фаршем помидоры открытой стороной вниз.

В нижней кастрюле манты-каскана разогреть масло, обжарить лук.

Положить кости, сердцевину и сок помидоров, мелко нарезанный картофель, сладкий перец, морковь. Приготовить суп.

Подготовленные помидоры варить на пару, который образуется от варки супа. Время варки – 20–25 минут.

Готовые помидоры при подаче на стол переложить в тарелки, посыпать черным перцем по вкусу.

Суп разлить в касы и подать отдельно.

Помидор димлама

- *250 г мяса*
- *1 кг свежих помидоров*
- *соль*
- *специи*
- *райхан или кинза*

В раскаленном жире тушить лук с мясом, посолить, положить лавровый лист и стручок красного перца, убавить огонь.

Выбрать спелые, одинаковой величины помидоры, обмыть, срезать верхушки.

Затем уложить помидоры на мясо, накрыть плотно крышкой и тушить полтора часа на слабом огне.

Помидоры вместе с соусом положить в тарелки или касы, посыпать райханом или кинзой.

Фаршированный лук

• 10 головок репчатого лука средней величины

Для фарша:

• 500 г мяса

• 500 г печенки

• 30 г лука

• 1 яйцо

• соль

• специи

Для соуса:

• 200 г топленого масла

• 2 стакана огуречного рассола

• 1 ст. ложка томатной пасты

Для фарша порубить жирную мякоть мяса, мелко нарезать печенку, положить пассерованный лук, посолить, заправить черным перцем, вбить одно яйцо, тщательно перемешать.

Подобрать репчатый лук одинаковой величины. Срезав донце, очистить от кожуры, опустить в кипящую воду, затем осторожно разобрать на отдельные чешуи. В каждую луковичную чешую положить фарш и оформить как голубцы.

Огуречный рассол перед употреблением необходимо процедить через марлю.

Голубцы уложить в котел или кастрюлю (сначала крупные, затем мелкие), полить их соусом, состоящим из огуречного рассола, томатной пасты и топленого масла. После этого посуду плотно закрыть крышкой, поставить тушить на очень слабый огонь на 40–45 минут.

* * *

Очищать овощи от кожуры рекомендуется в сухом виде и сухими руками, тщательно удаляя все поврежденные участки. Очищенные овощи складывают в емкость с холодной водой (а не кладут на разделочную доску).

Кузикорин ковурма (жареные грибы со шкварками)

- *1 кг грибов (белые, подберезовики, подосиновики)*
- *200 г курдючного сала или топленого масла*
- *200 г репчатого лука*
- *20 г кинзы или укропа*
- *соль*

Грибы положить на 2–3 минуты в соленую воду, откинуть в дуршлаг, дать стечь воде.

Курдючное сало нарезать кубиками, растопить и, пока шкварки не зарумянились, положить лук и грибы, все перемешать и прожарить.

Когда из грибов выйдет сок, посолить, накрыть крышкой и тушить еще 7–10 минут.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Шолгом ковурма (репа тушеная)

- *1 кг репы*
- *250 г курдючного сала*
- *500 г печени*
- *180 г репчатого лука*
- *соль*

Нарезать кубиками курдючное сало, репу и печенку.

Вытопить сало, удалить шкварки, как только они покраснеют. В раскаленном сале обжарить репу, затем положить печенку, перемешать.

Доведя печенку до полуготовности, добавить шкварки, налить воды.

Тушить репу под крышкой 10–15 минут.

Картошка бийрон (картофель жареный с мясом)

- *500 г картофеля*
- *250 г мяса*
- *180 г репчатого лука*
- *200 г помидоров*
- *соль*
- *500 г хлопкового масла*

Картофель очистить, нарезать кружочками толщиной 23 мм, посыпать мелкой солью.

Разогреть масло и жарить картофель до образования хрустящей корочки.

В другой посуде отварить мясо, мелко его нарезать, обжарить во фритюре и смешать с жареным картофелем.

Готовый картофель положить на блюдо, посыпать мелко нашинкованным луком, полить помидорным соком, заправленным солью.

Картошка бийрон (картофель, тушенный с луком)

- *1 кг картофеля*
- *200 г репчатого лука*
- *150 г жира*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Очистить картофель, нарезать кружочками толщиной 23 мм. Очистить репчатый лук, обжарить его, положить картофель, посолить и жарить, время от времени помешивая.

Чтобы картофель быстрее поджарился, надо закрыть сковороду крышкой, в картофель подливать понемногу воды и тушить на слабом огне несколько минут.

Готовый картофель посыпать перцем, измельченной зеленью и подать к столу.

Кук бийрон (зелень тушеная)

• *150 г репчатого лука*
• *1 яйцо*
• *1 кг зелени (мята, щавель, шпинат, портулак, пастушья сумка, люцерна)*
• *150 г жира*
• *50 г шкварок*
• *соль*
• *черный молотый перец*

Мяту, щавель, портулак, пастушью сумку, шпинат, первые побеги люцерны мелко нашинковать или порубить, заправить солью, черным перцем, положить нарезанный лук, вбить яйца, перемешать.

Растопить курдючное сало. Не удаляя шкварок, положить в жир рубленую зелень и тушить до готовности.

Затем снять кастрюлю с огня, закрыть крышкой и дать отстояться 10 минут.

Тушеная зелень применяется в качестве фарша для пирожков, в качестве гарнира к мясным блюдам и как отдельное блюдо.

Гулкарам ковурма (цветная капуста жареная)

- *1 кг цветной капусты*
- *200 г жира*
- *200 г репчатого лука*
- *соль*

Цветную капусту разобрать на отдельные кочерыжки (если они большие, разрезать их на две-три части), промыть несколько раз в холодной воде, затем опустить в кипящую подсоленную воду и отварить до полуготовности.

Затем капусту пережарить с луком в перекаленном курдючном сале.

При подаче на стол капусту посыпать перцем и солью.

* * *

Способы размораживания ягод, фруктов, овощей, зелени, предназначенных для потребления в сыром виде:

• переложить пакет из морозильника в тарелку на 4–5 часов;

• переложить пакет из морозильника в холодильное отделение холодильника (т.е. в отделение с плюсовой температурой) на 12–14 часов;

• пакет из морозильника вложить в другой полиэтиленовый пакет, уплотнить наружный пакет с помощью резинки (предварительно сжав его, чтобы уменьшить количество воздуха в нем) и опустить в миску с проточной теплой водой, имеющей температуру 35–45 градусов.

Димлама вехи

• *6 штук айвы*
• *5 ст. ложек топленого масла*

Выбрать айву одинаковой величины, удалить ножом сердцевину. В образовавшиеся углубления влить топленое масло.

Уложить айву на сковороду, смазанную маслом, и запечь в духовке иди в тандыре.

Димлама с овощами и фруктами

- *150 г масла*
- *500 г репчатого лука*
- *250 г помидоров*
- *250 г моркови*
- *250 г картофеля*
- *35 г кинзы*
- *35 г укропа*
- *веточка жамбила*
- *4 сладких перца*
- *250 г яблок*
- *250 г айвы*
- *соль*

В котле на раскаленном жире пассеровать кольца репчатого лука, убавить огонь и поверх лука положить морковь, нашинкованную соломкой.

Затем уложить слой помидоров, нарезанных кружочками, затем слой картофеля, нарезанного кружочками.

Посыпать солью, нашинкованной зеленью кинзы, укропа и жамбила вместе со сладким перцем.

Следующий слой – дольки айвы и кислых яблок.

Залить содержимое котла наполовину водой, плотно закрыть крышкой и варить на слабом огне в течение 1,5–2 часа, не открывая крышки.

Савзи-пиез (тушеная морковь с луком)

- *1 кг моркови*
- *500 г репчатого лука*
- *300 г жира*
- *200 г помидоров или 2 ст. ложки томатной пасты*
- *40 г зеленого лука или кинзы*
- *соль*
- *красный молотый перец*

Обжарить лук в раскаленном масле, положить в кастрюлю помидоры или томатную пасту, хорошо перемешать.

Добавить морковь, нарезанную мелкой соломкой, помешать несколько раз, посыпать солью, красным перцем, залить водой так, чтобы она покрыла морковь.

Плотно накрыть кастрюлю крышкой, тушить на слабом огне 10–15 минут.

При подаче на стол тушеную морковь посыпать зеленым луком, кинзой.

Кузикорин кебаб (сморчки на вертеле)

- *1 кг сморчков*
- *50 г топленого масла*
- *50 г зеленого лука*
- *немного муки*
- *соль*

Подобрать сморчки размером с орех или яйцо, промыть, положить в сито или шумовку, обдать кипятком.

Когда стечет вода, надеть на шпажку по 5–6 штук, смазать грибы топленым маслом, посолить и посыпать мукой и жарить на углях.

Готовые грибы, не снимая со шпажки, положить на блюдо и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Думбил кебаб (кукурузные початки на вертеле)

- *10 кукурузных початков*
- *100 г сливочного масла*
- *соль*

Кукурузные початки очистить. Надеть на вертел, жарить на углях. Готовую кукурузу опустить в горячую соленую воду, переложить на блюдо и подать со сливочным маслом.

Помидор кебаб (помидоры на вертеле)

- *1 кг помидоров*
- *300 г репчатого лука*
- *соль*
- *красный молотый перец*

Выбрать мясистые сорта помидоров (размером с яйцо).

Обмыть в холодной воде, обсушить и нанизать на вертел по 3–4 штуки. Жарить над углями, как шашлык.

При подаче на стол готовые помидоры смочить в горячей подсоленной воде или же, сняв с вертела, положить на блюдо, посолить, посыпать красным перцем и нарезанным луком.

Лепешки (тандырный хлеб)

У кого за пазухой лепешки – тот сыт

Узбекская пословица

Ежедневный рацион узбеков невозможно представить без горячего тандырного хлеба, а в просторечии – лепешки. В Узбекистане, как и у многих народов, трапеза трехразовая. Завтрак – нон ушта – буквально означает «ломать лепешки» или «есть хлеб».

Существует легенда, согласно которой бухарский эмир, отведав однажды удивительно вкусных самаркандских лепешек, приказал доставить к себе лучшего в этом городе хлебопека и велел ему испечь такие же. Хлебопек исполнил приказание, но вкус готовых лепешек получился отличным от самаркандских.

Рассерженный эмир призвал хлебопека к ответу. В свое оправдание тот сказал: «Здесь нет самаркандского воздуха…» По обычаю, путник, покидающий родной дом, берет с собой часть лепешки, а оставшаяся хранится дома до его возвращения. А для закрепления брачного ритуала во время помолвки, например, совершается специальный обряд преломления хлеба.

Перед выпечкой на лепешки обязательно наносят различные узоры, напоминающие орнаменты исторических памятников. А их тарелкообразная форма символизирует солнце.

Большинство видов узбекской лепешки выпекаются в печах особой конструкции – тандырах. Через 4–8 минут они готовы. Пропеченность лепешки всегда можно проверить, сжав лепешку в комок ладонями и отпустив. Через полминуты качественная лепешка примет исходную форму.

Традиционно лепешки не режутся ножом, а ломаются руками. Причем класть отломанные куски лепешки «лицом» вниз строго запрещено столовым этикетом: это считается непочтительным отношением к хлебу. «Хлеб наш насущный»; «Трапеза без хлеба – это не еда», – гласят народные поговорки. Иногда в процессе выпечки лепешка отваливается от стенки и падает в золу. Такой хлеб считается священным. Существует поверье, что в этот момент в дом вошел святой Хызр и хлеб ему «кланяется».

Наиболее распространенный вид узбекской лепешки, оби нон, выпекают из простого теста, но на основе особой, используемой только для этого сорта хлеба, закваски.

Часто в качестве закваски используют кусок «спелого» теста

предыдущего приготовления, который называется «хамир туруш». После брожения тесто делят на равные куски, которым придают форму шаров, и уже из них вручную лепят лепешки. Перед посадкой в тандыр середину лепешек, как уже говорилось, покрывают узором, который накалывается инструментом, называемым «чекиш». Делается это для того, чтобы во время выпекания лепешка не деформировалась.

Каждая область Узбекистана может похвастаться своим собственным сортом хлеба. У каждого из них – своя закваска, своя оригинальная технология приготовления, свой неповторимый вкус. Так, для лепешек ширмой нон закваска готовится на горохово-анисовом отваре. Этот хлеб считается лечебным; имеет уникальный сладковатый вкус с нежным ароматом аниса.

Ферганская долина славится вкуснейшими слоеными лепешками катлама, каждый из слоев при приготовлении смазывается маслом или сметаной. Изготавливают также лепешки со шкварками (жиззали нон), лепешки из кукурузной муки (зогора нон), на травяном настое (кук патыр) и множество других сортов.

Лепешки «Ширмой нон»

- *10 кг пшеничной муки первого или высшего сорта*
- *350 г растопленного бараньего сала*
- *100 г соли*
- *90 мл воды*
- *30 г гороха сорта нухот*
- *1/2 ч. ложки анисовых семян*
- *500 мл кипяченой воды*

Среди многочисленных вариантов лепешек, выпекаемых в узбекской кухне, ширмой нон резко отличается по особенности приготовления рыхлителя, по вкусовым и ароматическим качествам.

Ширмой невозможно приготовить из малого количества муки.

Поэтому на тесто и на все процессы приготовления рыхлителя необходимо брать по меньшей мере 10 кг пшеничной муки первого или высшего сорта.

Приготовление рыхлителя и теста ширмой нона состоит из шести стадий.

Первая закваска – ширмой, то есть приготовление анисово-горохового отвара.

Анисовые семена положить в фарфоровый чайник, заварить кипяченой водой и кипятить в течение 20 минут.

Горох перебрать, измельчить в ступке до и 1/3 части зерна, очистить от шелухи. В специальную медную посуду грушевидной формы емкостью 200 г положить раздробленный горох и залить анисовым отваром.

В небольшой металлический тазик насыпать пшеничные отруби, в середине отрубяного слоя зарыть посуду с горохом, закрыть пиалой, сверху насыпать еще отрубей и накрыть подушкой.

Это делается для того, чтобы температура в горохово-анисовом отваре держалась все время постоянной. Тазик с отрубями поставить на очаг с тлеющими углями. Через 14–15 часов горох и анис начнут выделять пену, которая и будет служить разрыхлителем теста для лепешек ширмой.

К этой пене ни в коем случае нельзя прикасаться руками, а осторожно снимать деревянной ложкой в фарфоровую тарелку и ставить под стеклянный колпак.

Вторая закваска – хуруш. Взять 150 г пшеничной муки высшего сорта, произвести замес теста, используя жидкости первой закваски. Полученное тесто разделить на две части,

которые раскатать в блин.

На середину каждого блина поместить пену, образовавшуюся при приготовлении первой закваски, завернуть края конвертом, тщательно перемешать, засыпать толстым слоем муки и оставить для брожения. Брожение в зависимости от температуры помещения продолжается в течение 1,5–2 часов.

Третья закваска – бачки. Готовится аналогично второй закваске.

Взять 150 г муки, немного анисово-гороховой жидкости и замесить тесто. Раскатать его в блин, положить вторую закваску – хуруш, края блина завернуть конвертом, тщательно перемешать и оставить под толстым слоем муки на 2 часа для повторного брожения.

Четвертая закваска – пайгир. Взять 1,5 кг муки и оставшееся количество жидкости и аналогично третьей закваске замесить тесто, раскатать в блин, положить в него бачки, завернуть края конвертом, перемешать, засыпать слоем муки и поставить на 3 часа для брожения.

Пятая закваска – аталя. Взять 2 кг муки, 90 г воды, 100 г соли и 350 г бараньего растопленного жира и замешать тесто, соединить с пайгиром и поставить для брожения на 1 час.

Шестая фаза – приготовление основного теста. Взять всю остальную часть муки, соединить с аталой, тщательно замесить и поставить для брожения на 20 минут.

После чего разделывают, формуют, расстаивают и выпекают.

Лепешки ширмой «Цветение вишни»

• *2 кг теста ширмой*

Тесто разделить на куски по 250 г, придав форму шаров, поставить на расстойку на 1215 минут.

Затем, слегка сплюснув ладонью, нанести на самую середину один узор чекичем, остальную поверхность сгладить смазанными растительным маслом руками.

Лепешки поместить на стенки раскаленного тандыра, предварительно накрыв жар золой.

Посаженные в тандыр лепешки сбрызнуть каплями холодной воды и горловину тандыра закрыть на 8–10 минут железной заслонкой, после чего осторожно открыть жар из-под золы, при этом несбрызнутая часть поверхности лепешек постепенно приобретает румяность, а те места, куда попали капли воды, после испарения останутся белыми, напоминая лепестки вишни.

Отсюда и название этой разновидности лепешек ширмоя.

Ширмой патир

• *2 кг теста ширмой*

Из теста разделать куски по 400–500 г, скатать в шары, оставить под накрытой салфеткой на 12–15 минут для расстойки. Затем сформовать крупные круглые лепешки толщиной по краям 3 см, посередине 1 см. Борта надрезать ножом в виде шестеренки, а середину наколоть чекичем и нанести узоры пальцами.

Выпекать так же, как предыдущий вариант.

Лепешки ширмой, двухпарные

• *2 кг теста ширмой*

Тесто разделить на кусочки по 50 г, скатать в шары и оставить под накрытой салфеткой на 5–7 минут для расстойки.

После чего каждый шарик теста надавить ладонью до толщины 3 см, нанести узор по всей поверхности чекичем и каждые четыре штуки маленьких лепешечек соединить попарно.

Выпекать в горизонтальном тандыре так же, как другие разновидности.

Лепешки особые

- *1 кг муки*
- *1/2 стакана воды*
- *20 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*

Просеять муку два раза через сито. Замесить дрожжевое очень крутое тесто.

Поставить в теплое место на 20–25 минут. Это полуперебродившее тесто тщательно и долго обмять или пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, обмять еще раз и поставить для полного брожения.

Подошедшее тесто разделить вручную на куски по 200 г и скатать в шары, слегка прижимая, уложить на доску, накрыть скатертью и дать расстояться минут 25–30.

После чего посередине каждого шара сделать один глубокий накол большим пальцем, вращая пальцы вокруг сырья, придать ему полушарообразную форму. И сразу выпечь в вертикальном тандыре.

Перед посадкой нижнюю поверхность изделия слегка смочить подсоленной водой.

Периодически после посадки нескольких лепешек сбрызгивать водой, после посадки всех лепешек открыть жар из-под золы и, размахивая над посадочным отверстием влажным полотенцем, раздуть его, затем тандыр закрыть крышкой.

Время от времени открывать крышку, сбрызгивать лепешки водой и обвеивать.

Когда лепешки приобретут желто-коричневую окраску с глянцем, снять их при помощи совка.

* * *

Если замешанное на дрожжах тесто плохо подходит, то его нужно подогреть до 30–35 °С. Если это не поможет, то нужно добавить свежих дрожжей.

Лепешки домашние простые

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *1 ч. ложка соли*
- *40 г дрожжей*

Приготовить простое дрожжевое тесто, оставить в тазике, накрыть салфеткой и тюфяком, поставить в теплое место для брожения.

После подъема теста выложить на стол или на разделочную доску и разделить на куски примерно по 250–300 г. Каждому куску, катая между ладонями, придать форму шара, отставить и накрыть салфеткой.

Сделать лепешки так, чтобы сырье имело толщину посередине 0,5 см, по краям 2 см.

В центре лепешек при помощи инструмента – чекича – сделать наколы. Наколы делаются для того, чтобы изделие в процессе выпечки не выпучивалось и не деформировалось, а также имело по готовности красивый узорчатый вид.

Формованное сырье накрыть салфеткой: заветривание тоже портит внешний вид готового изделия.

После формовки всего теста начать топить тандыр, пока накалится печь за 15–20 минут, формованное сырье расстоится, что обеспечит пышность лепешек. Перед выпеканием собрать жар и горячий пепел к середине тандыра горкой, надеть рукавицу или рапиду, положить на нее сырье обратной стороной наверх, слегка смочить соленой водой и осторожно прилепить к горячей стенке рабочей камеры.

Раскрыть жар из-под пепла и, чтобы образовался пар, побрызгать посаженные лепешки водой.

Когда лепешки подрумянятся, вынуть их из тандыра, дать слега охладиться на воздухе, слишком горячие лепешки не рекомендуется подавать на стол.

* * *

Муку надо обязательно просеивать через сито, таким образом она разрыхляется и насыщается кислородом. Особенно хорошим из такой муки получается дрожжевое тесто.

Лепешки с семенами кунжута и чернушки

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *300 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*
- *по 10 г семян кунжута и чернушки*

Такие лепешки готовят для продажи на базаре, поэтому другое название их «бозор нони» или для свадебного стола – «туй нони».

Замесить тесто так же, как в рецепте «Лепешки домашние простые», но несколько жидкой консистенции.

После подъема тесто разделяют на куски по 200 г, иногда взвешивают на весах. Каждый кусок нужно скатать в шар, уложить рядами, накрыть скатертью, уложить второй ряд тестяных шариков и накрыть другой скатертью, так выдержать 2530 минут. Строго следить за тем, чтобы тесто не заветривалось. За это время тесто хорошо расстоится и будет продолжать брожение и обильно выделять углекислый газ, образуя более крупные пузырьки.

Затем приступить к формовке, при этом толщина ободка должна быть 2 см, середина 0,5 см, наколоть чекичем.

Перед посадкой в тандыр отдельные участки лицевой стороны сырья посыпать смоченными в теплой воде семенами кунжута и чернушки.

Лепешки выпекают в тандыре, растопленном каменным углем. Температура в рабочей камере должна быть более 300 ˚С.

Лепешки на молоке

- *1 кг муки*
- *2 стакана молока*
- *1 ч. ложка соли*
- *25 г дрожжей*

Брожение теста, разделка и выпечка те же, что в предыдущем рецепте, с той разницей, что тесто замешивается на молоке.

Для этой цели используются цельное коровье, обезжиренное прокисшее молоко, пахтанье или молочная сыворотка.

При использовании обезжиренного, прокисшего молока, пахтанья и сыворотки количество дрожжей уменьшается до 20 г и в тесто добавляется половина стакана растопленного бараньего сала или коровьего масла.

Лепешки со шкварками

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *25 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*
- *300 г шкварок*

Приготовить тесто так, как указано в рецепте «Лепешки домашние простые».

После подъема в тесто добавить шкварки от бараньего сала.

Для этого тесто выложить на посыпанную мукой доску, придавливая ладонями, сплюснуть в большой сочень толщиной в 1,5–2 см, ровным слоем на тесто положить шкварки и свернуть рулетом.

Затем, обеими руками взяв за концы, перекинуть, повертывая правой рукой к себе, а левой от себя, при этом шкварки хорошо перемешиваются с тестом.

Отрывая с одного конца теста, разделить на куски по 150–200 г. Каждому кусочку теста придать форму лепешки, толщина которой должна быть 2 см по краям и 0,5 см посередине. Часто наколоть чекичем и выпечь в тандыре или в духовке.

Сначала духовку разогреть, чтобы накалилась до 300 °С, затем положить лепешки на смазанные маслом противни.

Готовность определяется по образовавшейся румяной корочке.

Лепешки с мясным фаршем

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *25 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*

Для фарша:

- *300 г мяса (мякоти)*
- *2 головки репчатого лука*
- *соль*
- *перец*

Готовятся и формуются так же, как в предыдущем рецепте. Шкварки заменяются мясным фаршем.

Жирную мякоть баранины пропустить через мясорубку, а если говядина – пропустить два раза, добавить в фарш мелконашинкованный лук, заправить солью и перцем. На сплюснутое в большой сочень тесто положить ровным слоем мясной фарш.

Выпекается в тандыре или в духовке.

Лепешки с луком

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *35 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*
- *3–4 головки репчатого лука*

Приготовить дрожжевое тесто средней крутости, после подъема добавить нашинкованный лук.

Для этого репчатый лук нарезать кольцами, слегка посыпать солью и черным молотым перцем, помять пальцами до извлечения лукового сока.

Соединить с поднявшимся тестом, вымесить так, чтобы лук смешался равномерно. Разделить на куски по 200–250 г, скатать в шары и после 10–15 минут расстойки оформить лепешки, середину часто наколоть чекичем и выпечь в тандыре или в духовке.

* * *

Дрожжи при приготовлении не должны контактировать с солью или жирами, иначе они теряют разрыхлительную способность.

Лепешки на луковой эссенции

- *1 кг муки*
- *2 стакана луковой эссенции (300 г репчатого лука)*
- *30 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*
- *1 стакан кислого молока для смазывания*

Свежий сочный лук мелко нашинковать, залить 2 стаканами теплой воды, тщательно помять и процедить через марлю. В этой воде растворить дрожжи и соль, частями всыпая муку, замесить крутое тесто и поставить в теплое место.

Когда тесто подойдет, разделить на куски по 400 г, скатать в шар, затем оформить лепешки толщиной по краям в 1 см, по середине в 0,5 см, ширина ободка также 1 см, часто наколоть чекичем и оставить на 10–15 минут под накрытой скатертью для расстойки.

Выжимки лука смешать с кислым молоком и этой массой тонким слоем смазать лицевую сторону лепешек перед самой посадкой в тандыр.

Выпекается в вертикальном тандыре.

Лепешки из отрубей

- *500 г пшеничной муки*
- *500 г отрубей*
- *2 стакана теплого молока*
- *30 г дрожжей*
- *1 ч. ложка соли*

Просеять пшеничные отруби через редкое сито, просеять белую пшеничную муку через частое сито, хорошенько смешать оба продукта и на этой основе приготовить дрожжевое тесто на молоке.

Поставить в теплое место для брожения.

Когда тесто подойдет, еще раз обмять его и разделить на куски по 200 г, скатать в шар, оформить лепешки толщиной в 2 см по ободку и в 0,5 см посередине.

Наколоть чекичем и оставить под накрытой скатертью на 1518 минут для расстойки.

Затем выпечь в тандыре или духовке.

* * *

Тесто лучше пропечется, если на противне вокруг лепешки оставить пустое место.

Лепешки крупные сдобные

• 1 кг муки

• 1 стакан молока

• 150 мл растопленного сала или топленого (сливочного) масла или же маргарина

• 30 г дрожжей

• 2 ч. ложки соли

В теплой воде растворить дрожжи и соль, положить растопленное баранье сало или топленое масло (сливочное или же маргарин). Вводя частями муку, замесить крутое тесто и поставить для брожения.

Подошедшее тесто выложить на посыпанную мукой доску и разделить на куски по 500 г, скатать в шары.

Каждый шар положить на разделочную доску, вращая левой рукой от себя, сделать рубцевые надрезы по краям, на сферической поверхности тоже сделать неглубокие квадратные надрезы.

После чего, придавливая середину шара кулаком, затем пальцами, оформить крупные лепешки толщиной по ободку 3–4 см, по середине 1 см.

Часто и узорчато наколоть чекичем и дать полежать минут 15 под накрытой скатертью для расстойки.

Выпекается в горизонтальном тандыре. Перед посадкой лепешек в камеру тандыра лицевую сторону каждой лепешки смазать маслом, обратную сторону слегка смочить подсоленной водой.

Перед выпечкой угли в камере собрать к середине горкой, накрыть золой, а стенки побрызгать соленой водой, после посадки открыть жар, когда лепешки начнут подрумяниваться, для образования пара сбрызнуть их водой.

Лепешки жареные

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *1 стакан тертых шкварок*
- *2 ч. ложки соли*

В теплой воде растворить соль, добавить растертые шкварки, замесить крутое тесто.

Разделить тесто на кусочки по 100 г, сделать круглые лепешки толщиной в 1 см без ободков, всю поверхность наколоть чекичем и обжарить до образования хрустящей корочки в масле.

Лепешки на травяном настое

- *1 кг муки*
- *2 стакана травяного настоя*
- *25 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*

Эти лепешки готовятся только весной, когда появляются первые побеги дикорастущей зелени мяты, лебеды, конского щавеля, пастушьей сумки, одуванчика, портулака и шпината.

Их собрать, промыть и добавить к ним еще побеги люцерны, зелень чеснока, зеленый и репчатый лук.

Все мелко порубить или пропустить через мясорубку. 1 кг травяного фарша залить 1 л теплой воды и отжать. На основе такого травяного настоя замесить дрожжевое тесто.

Когда тесто подойдет, разделить на куски по 300 г, скатать в шары, после 12–15-минутной расстойки под накрытой скатертью оформить лепешки толщиной в 1–1,5 см без ободка, всю поверхность наколоть чекичем и выпечь в горизонтальном тандыре или в духовке так же, как другие виды лепешек.

Лепешки быстрого приготовления

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2–3 головки репчатого лука*
- *2 ч. ложки соли*

Развести соль в теплой воде, мелко нашинковать лук, соединить с мукой и замесить простое крутое тесто. Разделить на куски по 100 г, скатать в шары. Каждый шар раскатать при помощи короткой скалки в тонкие (в 1 см) лепешки.

Каждую лепешку в отдельности обжарить на раскаленной сковороде без масла.

Лепешки из смеси кукурузной и пшеничной муки

- *80 г пшеничной муки*
- *80 г кукурузной муки*
- *25 г сала курдючного*
- *20 г репчатого лука*
- *10 г укропа*
- *5 г кинзы*
- *перец красный молотый*
- *соль*

Кукурузную муку смешать с просеянной пшеничной и из 1/3 этой массы замесить на воде пресное жидкое тесто, добавить в него мелко нарезанное курдючное сало, нашинкованный лук, зелень, пряности, всыпать остальную муку и хорошо вымесить (чтобы тесто отставало от рук). Оставить на 30 минут для расстойки.

Сделать лепешки толщиной 1,5 см и диаметром 10–12 см и выпекать их в закрытой, смазанной маслом сковороде на углях или в горячей золе.

Лепешки из кукурузной муки с тыквой

- *900 г кукурузной муки*
- *100 г пшеничной муки*
- *200 г тыквы*
- *2 стакана воды*
- *25 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 стакан пшеничной муки для подсыпки*

Просеять кукурузную муку, смешать с 1/10 части пшеничной муки, натереть тыкву, соединить с мукой и замесить дрожжевое тесто.

После того как тесто подойдет, разделить вручную на куски по 200 г, скатать в шары, используя для подсыпки пшеничную муку, накрыть скатертью и дать расстояться в течение 25–30 минут.

Посередине каждого тестяного шара сделать один глубокий накол пальцем или ручкой деревянной ложки, вращая пальцы вокруг сырья, придать ему полушарообразную форму.

Лепешки выпечь в горизонтальном тандыре или в духовке, предварительно смазав противни маслом.

* * *

Чтобы изделия из теста не пропитывались жиром при жарении, их надо жарить на сильном огне, а в масло для жарки добавить 1 ч. ложку уксуса.

Лепешки из кукурузной муки с луком

- *900 г кукурузной муки*
- *100 г пшеничной муки*
- *2–3 головки репчатого лука*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 стакан пшеничной муки для подсыпки*

Приготовляются так же, как в предыдущем рецепте, только вместо тыквы в тесто добавляется мелко нашинкованный лук.

Для этого смешать лук с просеянной мукой, а в тазике развести дрожжи и соль и, частями добавляя муку с луком, замесить крутое тесто, накрыть тюфяком и поставить для брожения.

В последующем поступать так же, как сказано в предыдущем рецепте.

Сдобные лепешки

- *1 кг муки*
- *1 стакан молока*
- *1 стакан растопленного масла (сала)*
- *1/2 стакана шкварок*
- *30 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 яйцо*
- *2 ст. ложки воды для лезьона*

Развести дрожжи и соль в теплом молоке, добавить топленое (сливочное) масло или баранье растопленное сало и толченые шкварки от него.

Частями всыпая муку, замесить тесто.

Подошедшее тесто вручную разделить на куски примерно по 80–100 г, скатать в шары и после 10–12-минутной расстойки оформить в мелкие лепешечки с толстыми бортами в 3–4 см.

Посередине сделать один накол чекичем. Накрыть скатертью и оставить на 18–20 минут для расстойки.

После чего лицевую сторону каждой лепешки смазать яичным лезьоном и выпечь в тандыре или в духовке.

Лепешки, выпеченные в горячей золе

- *500 г пшеничной муки*
- *500 г кукурузной муки*
- *50 г дрожжей*
- *2 стакана теплой воды*
- *2 ч. ложки соли*

Смешать взятые в равных количествах пшеничную и кукурузную муку, просеять, замесить дрожжевое тесто и, не ожидая, когда оно поднимется, сделать колобок (круглую буханку), положить на глубокую сковороду, смазанную маслом, накрыть другой такой же сковородой.

В открытой местности зажечь костер, после того как выгорит, сковороду с хлебом зарыть в горячую золу с углями.

Готовить 30–35 минут.

Лепешки ташкентские со сдобой

• 1 кг муки

• 1 стакан молока

• 1 стакан растопленного бараньего жира или сливочного масла (маргарин)

• 2 ч. ложки соли

В теплом молоке развести соль, добавить растопленное баранье сало или сливочное масло, замесить из просеянной муки тесто, завернуть в салфетку и оставить на 10–15 минут для расстойки. Затем тесто разделить на куски по 200 г. Скатать в шар и оформить тонкие лепешки без ободков.

Нанести узоры чекичем и пальцами, пощипав как края, так и середину.

Сковороду без ручки смазать маслом, положить тонкую лепешку так, чтобы она накрыла всю внутреннюю поверхность вместе с бортами сковороды, повторяя форму посуды.

Выпекать в предварительно нагретой до 300 °С духовке.

Лепешки из сдобного теста

- *1 кг муки*
- *1 стакан воды*
- *1 стакан сливочного масла*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 стакан сметаны для смазки теста*
- *2–3 ст. ложки кислого молока для смазки сырья*

В теплой воде растворить соль, добавить топленое или сливочное масло, замесить тесто, накрыть салфеткой, дать расстояться.

Через 10–15 минут все тесто раскатать в большой пласт толщиной в 0,5 см, смазать поверхность сметаной, свернуть в рулет, затем, взяв за оба конца руками, одновременным движением левой руки вперед, а правой назад скрутить несколько раз.

Разделить вручную на куски по 300 г, оформить лепешки толщиной по краям 2 см, а в середине – 0,5 см. Сделать узорчатые наколы чекичем. Выпечь в горизонтальном тандыре, перед посадкой изделия в камеру смазать лицевую сторону лепешек кислым молоком, а обратную – подсоленной водой.

Можно выпечь, положив на смазанный противень, в духовке.

Тонкие печные лепешки

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*

Замесить простое крутое тесто, разделить на куски по 100 г, придать форму шара и при помощи короткой скалки раскатать в сочни толщиной в 2–3 мм, по всей поверхности нанести чекичем узорчатые наколы.

Выпечь в горизонтальном тандыре.

Перед посадкой обратную сторону каждой лепешки слегка смочить в подсоленной воде, осторожно прилепить к горячим стенкам тандыра.

Снимать тотчас же, как только подсохнут, но еще не зарумянятся.

Такие лепешки подать к вареному или жареному мясу, шашлыку, сыру, вареным яйцам.

Лепешки, испеченные в котле

- *1 кг муки*
- *2 стакана цельного теплого молока*
- *1 ч. ложка соли*
- *30 г дрожжей*
- *200 г сливочного масла*

В теплом молоке растворить дрожжи и соль, положить частями муку, замесить крутое тесто и поставить для брожения в теплое место.

Для выпечки таких лепешек необходим котел со сферическим дном, его нужно предварительно накалить, а из выброженного теста оформить лепешки величиной, равной диаметру верхнего края котла.

Толщина лепешки 2 см, без бортов, нет необходимости наносить узоры чекичем.

Горячий котел смазать сливочным (топленым) маслом и положить в него сырье так, чтобы оно приняло форму котла, убавить огонь и испечь с одной стороны до румяной корочки.

Затем перевернуть лепешку и испечь другую сторону, также до румяной корочки.

Для того чтобы и мякиш дошел до готовности, допечь над тлеющими углями или же на 57 минут положить лепешку в горячую духовку.

При подаче на стол на середину горячей лепешки положить сливочное масло.

Лепешки из слоеного теста с мясным фаршем

• 1 кг муки
• 1 стакан воды
• 1 стакан сливочного масла (маргарин)
• 2 ч. ложки соли

Для фарша:

• 300 г баранины
• 2–3 головки репчатого лука
• соль
• перец
• 2–3 ст. ложки кислого молока для смазки изделия

Из указанных ингредиентов приготовить тесто. Все тесто раскатать в большой пласт толщиной в 3 см.

На поверхность раскатанного пласта ровным слоем положить подготовленный из баранины с луком фарш.

Тесто свернуть в рулет. Затем, взяв за оба конца руками, одновременным движением левой руки вперед, а правой назад скрутить несколько раз. Разделить вручную на куски по 300 г, оформить лепешки толщиной по краям 2 см, а в середине – 0,5 см.

Выпечь, положив на смазанный противень, в духовке.

* * *

Чтобы жир не пенился при жарении мучных изделий, надо бросить в него щепотку сухой поваренной соли.

Лепешки слоеные жареные к чаю

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *1/2 стакана сметаны или 200 г масла для смазывания*
- *1/2 стакана масла для обжаривания*
- *1–2 ст. ложки сахарного песка для подсыпки*

Приготовить простое тесто, скатать в шар и дать расстояться 10–15 минут под накрытой салфеткой.

Затем при помощи длинной скалки раскатать его в очень тонкий (в 1–2 мм) пласт. Всю поверхность пласта намазать сметаной (топленым или сливочным маслом или же растопленным бараньим жиром).

После этого пласт накрутить на скалку, разрезать ножом вдоль, снять скалку и еще раз разрезать вдоль посередине, чтобы получились полоски шириной 4–5 см.

Несколько таких полосок сложить одну на другую и скрутить серпантином.

Скрученные полоски положить на доску и при помощи короткой скалки раскатать в лепешку толщиной в 1 см без бортов.

Котел со сферическим дном накалить, смазать маслом и обжарить сырье с обеих сторон до образования румяной хрустящей корочки.

Готовые слоеные лепешки перед подачей на стол посыпать сахарным песком или пудрой.

Лепешки слоеные с луком

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 2 ч. ложки соли
• 2–3 головки репчатого лука
• 1/2 стакана сметаны или 200 г сливочного (топленого) масла для смазывания
• 2–3 луковицы
• 1/2 стакана масла для обжаривания

Приготовить тесто и раскатать, как указано в предыдущем рецепте. Раскатанный пласт смазать кислой сметаной, смешанной с луком.

Для этого репчатый лук очень тонко нашинковать, соединить со сметаной (или с топленым маслом), сбить.

Нарезку, формовку и обжарку производить так же, как сказано в предыдущем рецепте.

Лепешки с кунжутом

- *2 1/2 стакана муки*
- *1 1/2 ст. ложки маргарина*
- *1 ч. ложка бараньего жира*
- *1 ч. ложка дрожжей*
- *1/2 ч. ложки кунжутных семян*
- *сахар*
- *соль*

Из муки, соли, сахара, бараньего жира и распущенных в теплой воде дрожжей замесить тесто и оставить его в тепле на 40 минут.

Затем разделить его на несколько больших кусков, сформовать из них лепешки, посыпать кунжутным семенем, выложить на смазанный маргарином противень и выпекать в духовке, разогретой до 250°С.

Лепешки с луком

- *3 стакана муки*
- *2 головки репчатого лука*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *1/2 ч. ложки дрожжей*
- *1/2 ч. ложки соли*

Муку смешать с солью, влить в нее распущенные в теплой воде дрожжи, добавить натертый на мелкой терке лук, замесить тесто и поставить его в тепло примерно на 1 час.

Из подошедшего теста раскатать лепешки, обжарить их в растительном масле.

Затем довести до готовности в предварительно разогретой до 250°С духовке.

Лепешки с дыней

- *1 кг пшеничной муки*
- *3 ст. ложки кукурузной муки*
- *200 г мякоти дыни*
- *200 г сливочного масла*
- *1 ст. ложка дрожжей*
- *сахар*
- *1/2 ч. ложки соли*

Пшеничную муку просеять через сито, смешать с солью и сахаром, влить распущенные в 1/2 стакана теплой воды дрожжи, замесить тесто и раскатать из него шарики.

Посыпать разделочную доску 1 ст. ложки кукурузной муки и раскатать на ней из шариков лепешки толщиной примерно в 1 см. Затем посыпать их оставшейся кукурузной мукой и поставить в теплое место на 1–1,5 часа.

Лепешки обжарить в растопленном сливочном масле.

Снятую со сковороды лепешку выложить на блюдо, смазать ее маслом, затем еще одну лепешку, а на нее – тонкие ломтики дыни.

Следующую лепешку следует выкладывать уже на другое блюдо и т.д.

Лепешки с мясом

- *1/2 стакана муки*
- *100 г баранины*
- *1 ломтик бараньего сала*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 ст. ложка топленого масла*
- *1/2 ч. ложки дрожжей*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Для приготовления фарша мясо, сало и лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Из муки, соли и распущенных в теплой воде дрожжей замесить тесто и поставить его на 2 часа в тепло.

Затем раскатать в тонкий пласт и вырезать из него лепешки. В середине каждой из них сделать небольшое углубление, положить в него полученный фарш, накрыть другой лепешкой, а края защипнуть.

Лепешки выложить на смазанный топленым маслом противень и выпекать в духовке, разогретой до 200°С, в течение 40 минут.

Лепешки с тутовником

- *3 стакана муки*
- *300 г сушеного тутовника*
- *1 ч. ложка дрожжей*
- *по 1/2 ч. ложки сахара и соли*

Тутовник смолоть в кофемолке, смешать с мукой, сахаром, солью, добавить дрожжи, распущенные в теплой воде, замесить тесто и поставить его в тепло на 2 часа.

Из подошедшего теста раскатать большие лепешки толщиной 3 см и диаметром 25 см.

Выпекать их в духовке, предварительно разогретой до 210°С, в течение 40 минут.

Лепешки с мясом и ананасами

- *100 г бараньего или говяжьего фарша*
- *4 ломтика ананаса*
- *1 стакан муки*
- *2 яйца*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *1 пучок зеленого лука*
- *соль*

Зеленый лук мелко нарезать, смешать с фаршем и посолить.

Из муки, яиц и воды замесить тесто, затем раскатать его в пласт и с помощью пиалы вырезать лепешки.

На каждую из них положить мясной фарш, а сверху ломтик ананаса.

Лепешки выложить на смазанный сливочным маслом противень и поставить в духовку, разогретую до 200˚С, на 20 минут.

* * *

Чем больше в тесте жира и меньше жидкости, тем более рассыпчатым получается изделие.

Лепешки на сузьме

- *5 стаканов пшеничной муки*
- *2 стакана сузьмы*
- *2 ч. ложки соли*

В сузьме размешать соль, а затем замесить на ней тесто.

Если оно будет крутоватым из-за густой сузьмы, добавить чуть-чуть сметаны, сливок или молока. Тесто оставить для брожения на 1 час, после чего раскатать его в пласт толщиной около 0,5 см, вырезать из него лепешки величиной с чайное блюдце и слегка наколоть их вилкой.

Выпекать лепешки обычно в тонуре, но если их сделать чуть меньше размером, то можно выпекать на умеренном огне и в духовке.

Самса, печенье и блины

Нет кислого теста – пеки из пресного

Узбекская пословица

Самое знаменитое узбекское выпечное изделие – самса. Эти пирожки с начинкой, выпекаемые в тандыре, имеют особый аромат, неповторимые вкусовые качества и диетические свойства.

Жирную баранину пропускают через мясорубку с крупной решеткой (или мелко рубят). Добавляют мелко шинкованный репчатый лук, воду, солят, перчат и тщательно перемешивают.

Из муки и воды с добавлением соли замешивают пресное крутое тесто и раскатывают из него круглые лепешки.

На середину каждой лепешки кладут приготовленный фарш и кусочек курдючного сала. Тесто заворачивают в виде треугольника, защипывают и выпекают. Готовую самсу смазывают жиром и в горячем виде подают к чаю.

Кроме этих главных компонентов, в Узбекистане часто (и это характерно для местной кухни) в тесто, независимо от его вида, подмешивают мелко нарезанный лук (или его сок), тертую тыкву, толченые шкварки или мясной фарш (это указывается в рецептах дополнительно). Кроме самсы с мясом, пирожки пекут и с вегетарианскими начинками: из тыквы, лука, зелени (щавель, шпинат, портулак и др.) и вареного гороха.

Готовность изделий определяют по образовавшейся румяной корочке. Снимают их при помощи специального совка или варежки, надетой на правую руку, отлепляя шумовкой, которую держат в левой руке.

Самсы, выпекаемые в тандыре, имеют особый аромат, неповторимые вкусовые качества, высокую калорийность, диетические и целебные свойства. Однако, учитывая трудоемкость и сложность процесса приготовления, а также то, что не всюду можно приобрести и построить тандыр, мы рекомендуем если не все, то большинство лепешек выпекать в духовках домашней кухни.

Вараки самса

Для теста:

• 500 г муки

• 250 г воды

• 70 г топленого масла для смазывания

• 500 г растительного или хлопкового масла

• соль

Для фарша:

• 250 г мякоти говядины или баранины

• 130 г репчатого лука

• топленое масло для обжаривания

• красный и черный молотый перец

• соль

В теплую подсоленную воду всыпать муку, замесить крутое тесто, скатать его в шар, дать полежать под салфеткой несколько минут, затем тонко раскатать (до мм), смазать маслом и, накрутив на скалку, разрезать вдоль нее.

Получаются широкие полоски в несколько слоев.

Из них нарезать прямоугольники размером 6х8 см, середину каждого раскатать маленькой скалкой, положить фарш. Прямоугольник сложить пополам и защипать чуть глубже краев таким образом, чтобы края самсы остались расслоенными наподобие тетрадных листов.

Самсу жарить в большом количестве растительного масла приблизительно минуту (тесто должно приобрести бледно-желтый цвет).

Для приготовления фарша мясо с репчатым луком пропустить через мясорубку, заправить солью, красным и черным перцем и поджарить на сковороде в небольшом количестве масла.

Самса уйгурская

Для фарша:

• 500 г баранины

• 50 г курдючного сала

• соль

• перец

Для теста:

• 250 г муки

• 100 мл воды

• соль

Для фарша жирную мякоть баранины пропустить через мясорубку с крупной решеткой, а сало нарезать небольшими кубиками. Добавить лук, нашинкованный кольцами. Фарш посолить, поперчить и перемешать.

Замесить крутое тесто и раскатать лепешки. На середину положить фарш, оформить треугольником.

Защипанной стороной самсу наклеить на стенки тандыра, предварительно сбрызнув их водой, затем сбрызнуть водой самсу, плотно закрыть тандыр.

Чтобы самса зарумянилась, через 20 минут верх тандыра и нижнее отверстие открыть, раздуть затухший жар и оставить на жару еще 10–15 минут.

Самса с мясом, слоеная, печеная

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *400 г мяса*
- *300 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*

Замесить простое тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать расстояться 12–15 минут. Тонко (в 1 мм) раскатать в большой пласт.

Смазать всю поверхность растопленным говяжьим жиром, скрутить в рулон.

Разрезать тестяной рулон на куски шириной в 5 см и каждый кусочек, придавливая большим пальцем, раскатать короткой скалкой в сочни.

На середину каждого сочня положить по столовой ложке мясного фарша, оформить четырехугольные, овальные, треугольные или круглые самсы и выпечь в тандыре или в духовке.

При выпечке в горизонтальном тандыре слегка смочить тыльную сторону самсы подсоленной водой и осторожно прилепить к боковым стенкам рабочей камеры.

При выпечке же в духовке смазать противни маслом, а сырье яичным лезьоном и поставить в горячую духовку.

Готовность определить по румяной корочке и подать к столу.

Самса слоеная, жареная

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *300 г мяса*
- *300 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*
- *100 г сала для пассеровки фарша*
- *1 л растительного масла для фритюра*
- *1 ст. ложка сахарного песка или пудры для посыпки*

Растворить соль в теплой воде, всыпая частями муку, замесить тесто средней крутости, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать полежать 10–12 минут для расстойки. После чего раскатать длинной скалкой в большой тонкий (в 0,5–1 мм) пласт.

Смазать всю поверхность маслом (маргарином) и, накрутив на скалку, разрезать вдоль. Полученные несколько слоев полосок нарезать на прямоугольники размером 7х7 или 8х8 см.

Несколько прямоугольников теста (3–4 шт.) сложить один на другой, середину раскатать еще тоньше, положить 1 ч. ложку мясного фарша, прямоугольники свернуть вдвое и защепить тесто посередине, ближе к фаршу, так, чтобы края изделия остались слоеными, в виде тетрадных листочков. Обжарить самсу во фритюре.

Для приготовления фарша мясо порубить или пропустить через мясорубку, добавить нашинкованный лук, заправить солью и перцем, тщательно перемешать и спассеровать на сковороде в небольшом количестве сала, охладить, чтобы застыло сало, и начинить самсу.

При подаче на стол жареные масляные самсы посыпать сахарным песком или пудрой.

Самса с луком и салом, слоеная, печеная

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *300 г нутряного сала*
- *300 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*

Замесить, раскатать, разделать тесто и оформить самсу, как указано в предыдущем рецепте, с той разницей, что мясной фарш заменить начинкой из лука и нутряного сала.

Для этого нутряное баранье или говяжье сало нарезать на кусочки величиной с первый сустав большого пальца, нашинковать лук кольцами, посыпать солью и перцем, все тщательно перемешать.

Начинив этой начинкой слоеные сочни, оформить самсу круглой или овальной формы и выпечь.

* * *

Если нужно, чтобы мясо оттаяло скорее, можно положить его в нежаркую духовку или подержать в полиэтиленовом мешочке под струей холодной воды.

После оттаивания мясо должно быть обязательно использовано. Снова класть его в холодильник не рекомендуется.

Самса из зелени, печеная

- *1 кг муки*
- *50 г дрожжей*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 кг разной зелени*
- *4 яйца*
- *3–4 головки репчатого лука*
- *1–2 пучка зеленого чеснока*
- *соль*
- *перец*

Приготовить тесто, разделить, раскатать, оформить самсу.

Начинка приготовляется из различной зелени.

Для этого ранней весной, когда появляются первые побеги мяты, лебеды, конского щавеля, пастушьей сумки, шпината, портулака, люцерны, собрать их, отсортировать, тщательно промыть несколько раз в проточной воде, затем в теплой воде, порубить.

К зеленой начинке добавить нашинкованный репчатый лук, зелень чеснока, крутосваренные рубленые яйца, соль и перец, перемешать.

Эту начинку использовать в приготовлении самсы из дрожжевого теста. Выпекать так же, как указано в рецепте (самса с тыквой, печеная).

Самса из зелени, жареная

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *2 ч. ложки соли*
- *1 кг разной зелени*
- *3–4 головки репчатого лука*
- *2 пучка зеленого чеснока*
- *4 яйца*
- *соль*
- *перец*
- *200 г сала для тушения*

Замесить, разделить, раскатать и оформить самсу.

Начинка приготовляется из разной зелени, как указано в предыдущем рецепте. Только перед тем, как использовать начинку, необходимо потушить ее в масле.

Для этого любой жир, желательно животного происхождения, перекалить, положить рубленую зелень с луком и яйцом, быстро перемешать шумовкой и томить в течение 5–7 минут, снова перемешать и снова закрыть, операцию проделать несколько раз, до извлечения сока зелени. Снять с огня, охладить.

Формовку самсы и обжарку производить так же, как указано в рецепте (самса с тыквой, жареная).

Самса с тыквой, печеная

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *50 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*
- *500 г тыквы*
- *3–4 головки репчатого лука*
- *соль*
- *перец*
- *сахар*

Замесить кислое тесто. Когда подойдет, выложить на посыпанный мукой стол, разделить на кусочки по 50 г, скатать в шары, затем раскатать на маленькие круглые сочни толщиной в 12 мм. Положить на каждый кружок теста по 1 ст. ложке подготовленной тыквенной начинки и оформить четырехугольные или круглые самсы.

Изделия выпечь в тандыре или в духовом шкафу.

При выпечке в тандыре самсу прилепить к боковым стенкам камеры. При выпечке в духовке уложить на смазанный маслом противень. Готовность определяется по румяной корочке.

Для приготовления начинки выбрать очень спелую с желтой мякотью тыкву, натереть, соединить с нашинкованным соломкой луком, посыпать солью и перцем, перемешать.

Если тыква не совсем сладкая, допускается добавить в начинку немного сахарного песка.

Если начинка получится очень сочной, при формовке самсы посуду с тыквой надо поставить наклонно, так, чтобы отделилась жидкость, которую можно использовать для замеса теста.

Самса с тыквой, жареная

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 2 ч. ложки соли
• 600 г тыквы
• 2 головки репчатого лука
• соль
• перец
• 100 г сливочного масла или 1 стакан жирной сметаны для тушения начинки
• 100 г масла для обжарки

Приготовить простое тесто, дать полежать 10–15 минут. После расстойки разделить тесто вручную на кусочки по 50 г, тонко раскатать круглые сочни.

На середину каждого кружочка положить тыквенную начинку, сложить вдвое, оформить пирожки в форме полумесяца.

Края обрезать при помощи колесного лобзика для теста.

Для приготовления начинки очищенную промытую тыкву нарезать кубиками величиной с горошек, добавить рубленый лук, посыпать солью и перцем и потушить до полуготовности в сметане или в сливочном масле, охладить до комнатной температуры.

Самсу обжарить в масле.

Самса слоеная, особая

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 2 ч. ложки соли
Для крема:
• 100 г маргарина
• 1/2 стакана муки
Для фарша:
• 800 г мяса
• 800 г репчатого лука
• соль
• перец

Растворить соль в теплой воде, частями всыпая муку, замесить крутое тесто.

Раскатать в пласт толщиной в 1 см, смазать кремом, сделанным из маргарина и муки, сложить конвертиком, накрыть салфеткой и дать расстояться в течение 10–12 минут.

Затем раскатать еще раз до толщины 0,5 см, слегка посыпать мукой и снова смазать кремом, сложить конвертиком, поставить в холодильник на 5–6 минут.

Следить за тем, чтобы крем хорошо впитался в тесто. Крем приготовить следующим образом. На горячей сковороде растворить 100 г маргарина, соединить с 1/2 стакана муки и быстро взбить.

Охлажденное тесто раскатать до толщины 2 мм, разрезать на квадратики по 8х8 или 10х10 см.

На середину каждого квадратика положить по 1 ст. ложке мясного фарша и оформить четырехугольные самсы, выпечь, уложив на смазанный лист, в духовке, в течение 20–25 минут.

Для приготовления фарша свежую говядину пропустить через мясорубку вместе с половиной нормы лука, остальную половину лука нашинковать соломкой, соединить с мясом после измельчения, посыпать солью и перцем, перемешать.

Готовые самсы смазать маслом.

* * *

Тесто нельзя долго месить, так как оно станет уплотняться и блины будут плотные, вязкие, невкусные.

Самса «Лаззат»

- *1 кг муки*
- *400 г маргарина*
- *500 мл кислого молока или кефира*
- *2 яйца*
- *по 1 ч. ложке уксуса, пищевой соды и соли*
- *800 г мяса (мякоти)*
- *500 г репчатого лука*
- *1 ч. ложка соли*
- *1 ч. ложка черного молотого перца*
- *1 ч. ложка тмина*
- *1 ст. ложка семян мака или чернушки для подсыпки*
- *1 яйцо для лезьона*

Просеять муку, натереть на терке маргарин, смешать с мукой. Взбить кислое молоко или кефир вместе с яйцами и, перемешивая с мукой, сделать тесто; поочередно ввести уксус, пищевую соду и соль.

Тесто поставить для затвердения в холодильник.

Жирную баранину (говядину) или взятые поровну нарезать мелкими кусочками – «воробьиными язычками». Можно пропустить через мясорубку с крупной решеткой.

Нашинковать репчатый лук мелкими кубиками, соединить с мясом, посыпать солью и перцем, перемешать.

Тесто разделить на небольшие кусочки, скатать между ладонями в шарики величиной с грецкий орех.

Затем при помощи короткой скалки раскатать в маленькие кружочки толщиной в 2 мм.

На каждый кружочек теста положить мясной фарш и оформить шарообразную самсу.

Выпечь в духовке, предварительно смазав противень жиром, а самсы яичным лезьоном, и посыпать семенами мака или чернушки.

Готовность определяется по румяной корочке.

Самса «Пуговицы»

• 1 кг муки

• 2 стакана воды

• 2 ч. ложки соли

• 100 г говяжьего жира или 50 г хлопкового масла для смазки пласта

• 800 г мяса

• 3–4 головки репчатого лука

• соль

• перец

Замесить простое пресное тесто и раскатать тонким пластом, как на пельмени. Перекалить говяжий жир в комбинации с растительным маслом, охладить до комнатной температуры. Смазать этим жиром пласт теста, скрутить рулоном, положить на доску и нарезать поперек кусочками по 3 см.

На каждый кусочек раскатанного слоеного теста положить по 1 ч. ложке мясного фарша и сделать самсы в виде больших пуговиц.

Выпечь на смазанных маслом листах духовки.

Для фарша мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать мелко – «воробьиными язычками», нашинковать мелкими кубиками, соединить с мясом, посыпать солью и перцем, перемешать.

Самса с горохом

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *50 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*

Для начинки:

- *500 г гороха*
- *2–3 головки репчатого лука*
- *100 г нутряного сала и 200 г шкварок от него*
- *соль*
- *перец*

Горох местного сорта нухот перебрать, промыть и замочить в холодной воде в течение 1012 часов. Затем освежить воду и сварить.

В отварной горох добавить нашинкованный мелкими кубиками репчатый лук, нарезанное мелкими кусочками – «горошками» – нутряное сало или шкварки от него, соль и перец, тщательно мешать.

На основе этой начинки сделать самсу из кислого теста и выпечь в тандыре или в духовке. Способ приготовления теста, разделку, формовку и выпечку производить так, как указано в рецепте (самса с тыквой, печеная).

Самса с капустой (первый вариант)

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 1 кг белокочанной капусты
• 3–4 головки репчатого лука
• 200 г нутряного сала или 250 г шкварок от него
• 2 помидора или 1 ст. ложка томатной пасты
• соль
• перец
• 200 мл растительного масла для тушения

Мелко порубить белокочанную капусту, добавить нашинкованный лук, рубленый чеснок, измельченные помидоры или томатную пасту, заправить солью и перцем, положить шкварки или мелко нарезанное нутряное сало, все перемешать.

Перекалить любое растительное масло до белого дымка, положить капустную начинку и тушить до готовности, помешивая время от времени шумовкой.

По готовности выложить на блюдо и охладить на воздухе.

Замесить простое пресное тесто, дать расстояться 10–12 минут, разделить на кусочки по 50 г, скрутить в шары и раскатать на тонкие сочни.

Положить на каждый сочень 1 ст. ложку начинки и оформить овальную или полумесяцеобразную самсу.

Изделие обжарить в раскаленном масле с обеих сторон.

Самса с капустой (второй вариант)

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 40 г дрожжей
• 2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 1 кг цветной капусты
• 3–4 головки репчатого лука
• 150 г топленого (сливочного) масла или столько же бараньего сала
• соль
• перец

Цветную капусту окунуть в кипяток и бланшировать в течение 2–3 минут, охладить, порубить.

Добавить рубленый репчатый лук, топленое (сливочное) масло и мелко нарезанное баранье сало, заправить солью и перцем, хорошенько перемешать.

Приготовить дрожжевое тесто. Когда подойдет, разделить на кусочки по 40–50 г, раскатать в виде круглых сочней, положить на середину каждого сочня по 1 ст. ложке капустной начинки и сделать самсы круглой или овальной формы.

Выпечь в тандыре или в духовке.

Самса с картофелем

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *40 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*

Для начинки:

- *1 кг картофеля*
- *2–3 головки репчатого лука*
- *300 г нутряного сала или 2 стакана шкварок от него*
- *соль*
- *перец по вкусу*

Приготовить тесто, когда подойдет, разделить на кусочки по 40–50 г каждый, раскатать в круглые сочни, на середину положить картофельную начинку и оформить круглые или четырехугольные самсы.

Для приготовления начинки очищенный и промытый картофель нашинковать соломкой величиной со спичечную палочку, добавить кольца лука и толченые шкварки или мелко нарезанное баранье (говяжье) нутряное сало, посолить, поперчить и перемешать.

Изделие выпечь в тандыре или на смазанных маслом противнях духовки.

Самса с яйцами

- *1 кг муки*
- *2 стакана воды*
- *40 г дрожжей*
- *2 ч. ложки соли*

Для начинки:

- *15 яиц*
- *2 пучка зеленого лука*
- *1 пучок укропа*
- *1 стакан сметаны*
- *соль*
- *перец по вкусу*

Сваренные куриные яйца очистить от скорлупы, мелко порубить, соединить с нашинкованным зеленым луком и зеленью укропа.

Полить сметаной, посыпать солью и перемешать. Готовое дрожжевое тесто раскатать в виде круглых сочней диаметром 10 см.

Положить на середину 1 ст. ложку яичной начинки и сделать самсу овальной формы, выпечь в тандыре или в духовке.

Самса с кусочками маринованного мяса

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 40 г дрожжей
• 2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 500 г мяса
• 500 г сала
• 5–6 головок репчатого лука
• 1/2 стакана кислого гранатового сока
• по 1 ч. ложке соли, зиры, кориандра и черного молотого перца

Для приготовления начинки жирную свежую баранину и сало нарезать квадратиками 4х4 или 5х5 см, толщиной 0,5 см, положить в тазик.

Лук пропустить через мясорубку или мелко порубить, смешать с кусочками мяса и сала, полить гранатовым соком, посыпать солью, перцем, зирой и кориандром, перемешать, накрыть тарелкой, придавить грузом и поставить в прохладное место на 4–6 часов для маринования.

Приготовить дрожжевое тесто и после подъема его разделить на кусочки примерно по 30–40 г, придать форму шара, раскатать в виде тонких сочней.

На середину каждого сочня положить по кусочку мяса и сала вместе с компонентами маринада и сформовать самсы квадратной формы.

Выпечь в тандыре или в духовке, как другие виды самсы, на смазанных противнях.

* * *

Соль в тесто надо класть осторожно; пересоленное тесто плохо бродит, а изделия из него получается бледными.

Самса с курицей

- *500 г куриного филе*
- *1 головка репчатого лука*
- *300 г муки*
- *3 ст. ложки сметаны*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Для приготовления фарша филе курицы и репчатый лук нарубить, посолить, поперчить, добавить 2 ст. ложки воды и хорошо перемешать до образования однородной массы.

Из муки, соли и стакана воды замесить крутое тесто и раскатать из него тонкие лепешки. На каждую из них положить куриный фарш и сложить треугольником, а края защипнуть.

Самсу выложить на смазанный растительным маслом противень и выпекать в духовке, разогретой до 250°С, в течение 15 минут.

Готовую самсу полить сметаной и подать на стол.

Самса по-хорезмски

- *1 кг муки*
- *4 яйца*
- *1 стакан воды*
- *2 ч. ложки соли*

Для фарша:

- *700 г мяса*
- *500 г репчатого лука*
- *соль*
- *перец*
- *50 г топленого масла для обжарки фарша*
- *150 г топленого масла для обжарки изделия*

Приготовить тесто на яйцах, дать расстояться 12–15 минут, разделить на кусочки по 25–30 г, скатать в шары, затем раскатать на круглые мелкие сочни толщиной в 2 мм.

Положить на каждый сочень по 1 ч. ложке мясного фарша, свернуть вдвое, защипить края и оформить полумесяцеобразные самсы, обжарить с двух сторон на топленом масле.

Для приготовления фарша выбрать жирную говядину (баранину), пропустить через мясорубку.

Разогреть на сковороде топленое масло, спассеровать в нем лук, положить мясо, посыпать солью и перцем и жарить до извлечения мясного сока, снять с огня, охладить и начинить самсу.

Самса по-татарски

• 1 кг муки
• 2 стакана воды
• 40 г дрожжей
• 2 ч. ложки соли

Для начинки:

• 600 г жирной мякоти баранины (говядины, телятины)
• 800 г картофеля
• 3–4 головки репчатого лука
• соль
• перец
• 2 ложки масла для смазки противней
• 1 яйцо для лезьона

Приготовить дрожжевое тесто. Когда подойдет, разделить на куски по 100 г, скатать в шары и при помощи короткой скалки раскатать круглые сочни толщиной в 2–3 мм и диаметром в 15 см. Примерно с величину чайного блюдца.

На середину каждого сочня положить картофельно-мясную начинку и сформовать крупные самсы треугольной формы: края теста, сворачивая с трех сторон к середине, защипить, на самом центре оставить отверстие с трехкопеечную монету.

Для приготовления начинки жирную баранину (говядину, телятину) нарезать кусочками с миндалины, очищенный и промытый картофель – кубиками (1х1х1 см), лук нашинковать кольцами, посыпать солью и перцем, все продукты соединить и перемешать.

Изделие выпекается в духовом шкафу: на смазанные противни рядами уложить самсы, смазать яичным лезьоном или сливочным маслом, поставить в горячую духовку.

Время готовности самсы 50–60 минут.

Через 30 минут вынуть из духовки, через отверстие самсы полить 1 ч. ложкой горячего бульона и поставить обратно.

Самса из субпродуктов

Для теста:

• 1 1/3 стакана пшеничной муки

• 1 ст. ложка сливочного масла

• 4 ст. ложки воды

• соль

Для фарша:

• 370 г легкого

• 135 г сердца

• 120 г печени

• 80 г репчатого лука

• перец черный молотый

• 1/2 ч. ложки пшеничной муки (для соуса)

• 5 ст. ложек растительного масла

• 1/2 стакана бульона мясного

Для приготовления ливерного фарша легкое, сердце и печень в отдельности отварить до готовности.

Охладить, пропустить через мясорубку, заправить пассерованным луком, перцем и белым жидким соусом, состоящим из пассерованной муки, разведенной горячим мясным бульоном. Затем подготовленную таким способом массу хорошо перемешать.

Для приготовления теста муку насыпать горкой, сделать углубление в виде воронки, положить кусочек сливочного масла, добавить солевой раствор и замесить некрутое пресное тесто.

Его раскатать в форме колбасок и нарезать кусочками весом по 100 г, раскатать в сочни, на которые уложить приготовленный фарш. Тесто свернуть, придавая треугольную форму, а затем выпекать в горячей духовке или жарочном шкафу на листах.

Подать самсу из субпродуктов в горячем виде.

Самса с ливерным фаршем

Для теста:

• 70 г муки пшеничной

• 12 г масла сливочного

• 1/10 яйца

• 20 г воды

• соль

Для начинки:

• 15 г лука репчатого

• 150 г ливерного или мясного фарша

• соль

На горячей подсоленной воде замесить сдобное некрутое тесто.

Поделить тесто на куски весом по 100 г и раскатать лепешки, на которые положить приготовленный фарш с луком. Края лепешки защипить, придавая изделиям треугольную форму.

Смазать яйцом и выпекать в тандыре или жарочном шкафу.

Самса с утятиной

Для теста:

• 2 стакана пшеничной муки

• 1 яйцо

• 3 ст. ложки сметаны

• 3 ст. ложки растопленного маргарина

• 1/2 стакана воды

• соль

Для фарша:

• 275 г мякоти утки

• 80 г репчатого лука

• 1 ст. ложка воды

• соль

• перец

В небольшом количестве воды растворить соль, добавить сметану, просеянную муку, замесить тесто мягкой консистенции. Разделить тесто на три части, раскатать в сочни. Поверхность каждого сочня смазать размягченным маргарином, уложить сочни один на другой, туго завернуть в жгут в виде рулета и поставить в холодное место на 30 минут. Затем тесто поделить на 10 кусочков и раскатать в сочни, края которых должны быть тоньше середины.

Мякоть утки с кожей порезать мелкими кубиками, соединить с мелкорубленым луком, посолить, поперчить, добавить воду и всю массу хорошо перемешать.

На середину сочня положить подготовленный фарш, края защипить, поверхность смазать яйцом, выпекать в жарочном шкафу 20–25 минут.

Куырма самса

Для теста:

• 1 1/4 стакана пшеничной муки

• 1/3 стакана воды

• соль

Для фарша:

• 200 г баранины (котлетной части)

• 30 г курдючного жира

• 80 г репчатого лука

• 20 г риса

• 1 ст. ложка жира кулинарного для обжарки

• перец черный молотый

• соль

• 1 яйцо для смазки

• 330 мл растительного масла для фритюра

Замесить пресное тесто, раскатать его в виде кружочков, края теста смазать яйцом, положить фарш и защипить в виде полумесяца. Жарить во фритюре.

Для фарша мясо пропустить через мясорубку, обжарить на жире, добавить соль, черный молотый перец, припущенный рис, пассерованный репчатый лук.

Подать в горячем виде по 2 шт. на порцию.

Тунукча

- *1 стакан муки*
- *1 яйцо*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *соль*

Из муки, яйца, соли и воды замесить крутое тесто, раскатать его в пласт, нарезать кусочками и раскатать их в тонкие лепешки.

Лепешки обжарить в казане в растительном масле, после чего сбрызнуть водой и завернуть в салфетку на 20 минут.

Ак-нан

- *1 кг муки*
- *1 головка репчатого лука*
- *1 ст. ложка молока*
- *2 ст. ложки топленого масла*
- *1 ч. ложка дрожжей*
- *соль*

Из муки, соли, распущенных в теплом молоке дрожжей и воды замесить тесто и поставить его в тепло на 5 часов.

Готовое тесто разделить на несколько больших кусков, сформовать их них лепешки, в середине каждой из них сделать небольшое углубление и положить в него мелко нарезанный лук. Лепешки оставить на 30 минут, после чего выложить их на смазанный топленым маслом противень и запекать в предварительно разогретой духовке в течение 30 минут.

Кульча

- *3 стакана муки*
- *1/2 стакана молока*
- *1 ч. ложка растительного масла*
- *1 ч. ложка бараньего жира*
- *1/2 ч. ложки дрожжей*
- *1/2 ч. ложки соли*

Из муки, смешанной с солью, дрожжей, распущенных в теплом молоке, растительного масла и растопленного жира замесить тесто и поставить его в тепло на 1 час.

Затем разделить его на несколько одинаковых частей, сформовать из них лепешки (более тонкие в середине и более толстые по краям), накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 40 минут.

После этого выпекать в духовке, предварительно разогретой до 250°С.

Катлама

- *500 г муки*
- *250 г воды*
- *190 г масла или сметаны для смазывания*
- *130 г топленного масла для обжаривания*
- *20 г сахарной пудры*

В теплой воде растворить соль и, добавляя муку, замесить простое пресное тесто, скатать в шар, накрыть полотенцем, дать полежать 10–15 минут, разделать на 4 части.

Каждый кусок раскатать как можно тоньше (тоньше 1 мм), стараясь меньше использовать муки на подсыпку.

Раскатанный пласт смазать растопленным бараньим салом, топленым маслом или сметаной, после этого накрутить на тонкую скалку, разрезать его вдоль, затем скалку убрать и сделать еще один разрез посередине, чтобы получились неширокие полосы (не более 1,5 см).

Каждую полоску теста поплотнее скатать в кружок и каждый кружок раскатать в лепешку толщиной 1 см.

В котле, смазанном топленым маслом, обжарить лепешки с обеих сторон.

Готовую катламу посыпать сахарной пудрой.

Катырма

- *500 г муки*
- *250 мл воды*
- *100 г бараньих шкварок*
- *150 г репчатого лука*
- *соль*

В теплой воде растворить соль, положить в нее измельченный лук, толченые бараньи шкварки и, постепенно добавляя муку, замесить однородное, без комочков тесто.

Скатать его в шар, завернуть в салфетку и дать полежать 15 минут.

Нарезать из теста куски по 200 г и раскатать их в круглые лепешки толщиной 1 см.

Поджарить лепешки с обеих сторон, прикладывая к раскаленным стенкам котла (без добавления жира).

Самбуса-варахин

- *40 г пшеничной муки*
- *15 г топленого масла*
- *50 г баранины*
- *6 г репчатого лука*
- *перец*
- *соль*

Для приготовления фарша измельченное на мясорубке мясо посыпать перцем и обжарить с нарезанным соломкой луком. Пресное тесто раскатать в тонкую лепешку, смазать ее топленым маслом и завернуть в жгут.

Затем жгут спиралеобразно закрутить и нарезать кусочками по 50 г. Каждый кусочек в свою очередь раскатать до тонкой лепешки, которую смазать маслом, уложить на нее фарш, а затем защипить края, придав ей форму треугольного пирожка.

Выпекать в жарочном шкафу.

Юпка

• 500 г муки
• 250 г воды
• 130 г топленного масла
• соль

Для фарша:

• 150 г мяса
• 70 г репчатого лука
• перец
• соль

В подсоленную воду всыпать муку и замесить простое пресное тесто, дать отстояться, затем нарезать кусочками по 50 г, каждый из них раскатать в очень тонкую лепешку (до 1 мм толщиной).

Мясо пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный лук, соль, черный молотый перец, перемешать и обжарить в разогретом масле.

Раскаленный котел с шарообразным дном смазать маслом, опустить в него одну лепешку, обжарить с обеих сторон, вынуть. Затем положить вторую лепешку, обжарить ее с одной стороны, перевернуть, оставить в котле. Положить на нее тонкий слой фарша, накрыть первой лепешкой.

Сверху опять положить фарш, накрыть сырой лепешкой и перевернуть вместе с ней всю юпку, чтобы сырое тесто оказалось на дне котла, а поджаренная лепешка вновь была наверху.

На эту поджаренную лепешку снова уложить слой фарша и опять закрыть сырой лепешкой, вновь перевернуть и проделать так 10 раз.

Выпекать на очень слабом огне, все время смазывая котел маслом. Готовую юпку смазать маслом, положить в глубокую миску и закрыть салфеткой на 10 минут.

Чалпак

- *500 г муки*
- *250 г воды*
- *20 г дрожжей*
- *соль*
- *130 мл растительного масла*

Дрожжи растворить в половинном количестве воды, добавить вторую половину соленой воды.

Затем, постепенно подсыпая муку и подливая воду, замесить тесто, скатать в шар, накрыть салфеткой и поставить на 1 час в теплое место.

Готовое тесто разделать на кусочки по 50–60 г, сделать из них шарики и раскатать лепешки толщиной около 3–4 мм, дать подойти под салфеткой.

Затем выпекать в смазанном маслом котле до образования румяной корочки с обеих сторон.

Патырча

- *500 г муки*
- *250 г воды*
- *130 г топленого масла*
- *130 г бараньего сала или 190 мл сметаны для смазки*
- *соль*

В горячую подсоленную воду добавить топленое или сливочное масло, замесить тесто, накрыть салфеткой, дать постоять. Через 10 минут раскатать в пласт толщиной 0,5 см, смазать бараньим салом или сметаной, свернуть в рулет.

Рулет, взяв за оба конца руками, одновременным движением левой руки вперед, а правой – назад, скрутить несколько раз.

Из получившегося жгута нарезать куски по 250–300 г и раскатать из них круглые лепешки толщиной по краям 2 см, а посередине – 1 см.

Середину чуть наколоть, смазать слегка сметаной и выпекать в духовке.

Гуштли нон

Для теста:
• 500 г муки
• 250 г воды
• 20 г дрожжей
Для фарша:
• 100 г мяса
• красный молотый перец
• соль

Дрожжи растворить в половинном количестве воды, добавить вторую половину соленой воды, затем, подсыпая муку и подливая воду, замесить тесто, скатать в шар, накрыть салфеткой и поставить на час в теплое место.

Когда тесто поднимется, раскатать его в большую лепешку толщиной 2 см, покрыть ее ровным слоем мясного фарша, заправленного красным перцем, солью, и свернуть в трубку. Перекрутить трубку в винтообразный жгут, чтобы фарш хорошо перемешался с тестом, разрезать на куски по 150–200 г и сделать из них круглые лепешки. Середину каждой лепешки густо наколоть.

Гуштли нон обычно выпекают в тандыре, но можно и на смазанном листе в духовке.

Жанырак (хворост)

- *500 мл растительного масла*
- *6 яиц*
- *40 г дрожжей*
- *4 стакана пшеничной муки*
- *6 ч. ложек сахарного песка*
- *3 ст. ложки сахарной пудры на обсыпку хвороста*

Яйца перемешать с сахаром, добавить разведенные в воде дрожжи, постепенно засыпать муку, замесить крутое тесто, оставить для расстойки на 3040 минут и раскатать тонкую (23 мм) круглую лепешку, в которой сделать 6–7 параллельных надрезов.

Образовавшиеся полоски, начиная от середины, перетянуть с одной стороны на другую с таким расчетом, чтобы посередине образовалось отверстие.

Изделие погрузить в кипящее масло и обжарить с двух сторон 5–6 минут до светло-желтого цвета.

Готовый хворост положить на решето, оставить на 5–7 минут для стекания излишков жира, уложить на блюдо и после остывания посыпать сахарной пудрой.

Топтама (хворост)

• 2 1/2 стакана пшеничной муки

• 2 ч. ложки сливочного масла

• 2 стакана бараньего сала или растительного масла для жарки

• сода

• 3 яйца

Отстоявшееся пресное сдобное тесто разделать на круглые булочки весом 30–40 г, в середине которых сделать отверстия, смазать маслом.

Вывернуть края и крутить до получения тонкого жгута, который нужно свернуть в многослойное кольцо.

Кустил (хворост)

- *75 г пшеничной муки*
- *10 г сахара*
- *1/4 яйца*
- *20 мл молока*
- *25 г топленого масла*

Из муки, молока, яиц и сахара замесить крутое пресное тесто. Тонко его раскатать, вырезать кружочки посредством специальной выемки по 45 штук на порцию и жарить в раскаленных жирах (во фритюре) до готовности.

Баурсаки с дыней

- *5 1/2 стакана пшеничной муки*
- *1 стакан сливок*
- *1 ст. ложка сливочного масла*
- *1 стакан пюре из дыни*
- *3 ст. ложки сахара*
- *2 ст. ложки прессованных дрожжей*
- *4 ст. ложки воды*
- *соль*
- *1 стакан растительного масла для фритюра*

Тесто готовить опарным способом. В готовую опару ввести сливки, масло, пюре из дыни, сахар, соль, муку и замесить тесто. Готовое, выброженное тесто разделать на кусочки весом 30 г, скатать в шарики, жарить во фритюре. Подать в горячем виде к чаю.

Для пюре дыню очистить от кожицы и семян, нарезать и припустить с небольшим количеством воды. Остывшую припущенную дыню протереть через сито.

Если пюре получится водянистым, его необходимо прогреть на слабом огне, помешивая до загустения.

Баурсаки с медом

- *1 1/2 стакана пшеничной муки*
- *1 1/5 стакана распущенного сливочного масла*
- *2 ст. ложки меда*
- *4 яичных желтка*
- *1 1/2 ст. ложки вина*
- *соль*
- *сода*

Просеянную пшеничную муку смешать с содой, влить яичные желтки, размягченное сливочное масло, смешанное с медом, вино, соль и замесить тесто.

Готовое тесто разделать на шарики величиной с грецкий орех. Жарить во фритюре.

Баурсаки с медом (дрожжевое тесто)

- *1 1/2 стакана пшеничной муки*
- *1/2 стакана сливочного масла*
- *3 ст. ложки меда*
- *2 ст. ложки прессованных дрожжей*
- *1 яйцо*
- *соль*
- *1 стакан растительного масла для фритюра*

В теплой воде растворить дрожжи, добавить соль, яйца, распущенные и перемешанные мед и сливочное масло, добавить муку и замесить тесто. Через 1,5–2 часа проводят первую обминку и еще через 1,5 часа – вторую.

Выброженное тесто разделить на куски, раскатать в жгуты и каждый жгут нарезать на кусочки весом 25–30 г, скатать в шарики, дать расстояться и жарить во фритюре.

Жука баурсак (из кислого теста)

- *80 г пшеничной муки*
- *40 мл молока*
- *2 г дрожжей*
- *1 г соли*
- *10 г сахара*
- *1/2 яйца*
- *15 г жира*

Из указанных ингредиентов замесить кислое тесто.

Раскатать его на круглые лепешки и обжарить в жире до готовности.

Блины по-джизакски

Для теста:

• 500 г муки

• 1 стакан воды

• 1/2 ч. ложки соли

Для мучной болтушки:

• 1 стакан муки

• 3 стакана молока

• 1 ст. ложка сахара

• 200 г топленого масла для поджаривания

Приготовить простое тесто, скатать в шар, накрыть салфеткой и дать расстояться в течение 10–12 минут.

После чего разделить тесто на кусочки по 50–60 г, тонко (до 2 мм) раскатать и опустить в разогретое топленое масло и, не обжаривая до хрустящей корочки, вынуть, положить в теплую миску, накрыть салфеткой.

В теплом молоке растворить сахар, всыпая частями муку, взбить до получения однородной массы, поставить на огонь, дать закипеть и, постоянно помешивая, варить до образования сметанной густоты.

По окончании жарки каждый блин с одной стороны смазать одной столовой ложкой подготовленной мучной болтушки, сложить вдвое в виде полумесяца и подать на стол по 2 шт. на порцию, смазать маслом.

Блины любительские

Для теста:

• 500 г муки

• 1 стакан воды

• 1 ч. ложка соли

• 2 стакана жирной сметаны для смазывания

Приготовить не очень крутое простое тесто, раскатать тонким пластом и нарезать на квадратики по 15х15 см.

Каждый квадратик тонкого теста смазать с обеих сторон густой сметаной и выпечь на раскаленной сковороде.

Каждый выпеченный блин сложить вчетверо, положить в миску, накрыть салфеткой, после 7–10-минутной выдержки подать на стол.

Блины с бараньим жиром

Для теста:

• 500 г муки

• 1/2 стакана растопленного бараньего сала

• 1/2 стакана теплой воды

• 15 г дрожжей

• 1/2 ч. ложки соли

• 500 г бараньего сала для фритюра

Растопленное баранье сало соединить с теплой водой, добавить дрожжи и соль, взбить до однородной массы и, частями всыпая муку, приготовить тесто средней крутости, скатать в шар, накрыть салфеткой и поставить в теплое место для подъема. После чего еще раз обмять, разделить тесто на кусочки по 50 г, раскатать в тонкие (3 мм) круглые сочни.

Сделать фритюр из бараньего сала, вынуть шкварки, перекалить до образования белого дымка, обжарить в нем блины до образования румяной хрустящей с пузырьками корочки. Блин за блином складывать стопкой в теплую миску, накрыв салфеткой.

По окончании жарки, выдержав 10–12 минут, подать на стол. Отдельно можно подать свежие огурцы, помидоры, редис или редьку.

Жареные блины из дрожжевого теста

Для теста:

• 500 г муки

• 25 г дрожжей

• 1/2 ч. ложки соли

• 100 г масла для поджаривания

• 100 г сливочного масла для смазки

В теплой воде растворить соль и дрожжи, всыпая частями муку, замесить тесто средней крутости, поставить в теплое место для подъема на 1 час.

После чего еще раз обмять, добавляя муку, разделить на кусочки примерно по 50 г. Придать форму шара и тонко раскатать в сочни.

Раскатанные сочни накрыть салфеткой и после 10–15-минутной выдержки обжарить в небольшом количестве жира с обеих сторон до румяной корочки. Каждый готовый блин сложить вчетверо и положить в миску, накрыть сверху салфеткой.

По окончании обжарки всех блинов положить по 4–6 шт. на порцию в тарелки и подать на стол со сливочным маслом.

Блины на луковом настое

Для теста:

• 500 г муки

• 1/2 ч. ложки соли

• 3 головки репчатого лука

• 1 л растительного масла

Лук, очистить, порубить или пропустить через мясорубку, залить 1 стаканом теплой воды и оставить минут на 8–10. Затем процедить через двойную марлю. На этом настое замесить тесто, разделить его на кусочки по 50–60 г, тонко раскатать.

Затем каждый блин поочередно опустить во фритюр и, пока не затвердел, быстро вынуть, положить в миску, накрыть салфеткой.

Метлуф (блинчики)

- *1 1/2 стакана муки*
- *2 яйца*
- *1 ст. ложка манной крупы*
- *5 ст. ложек молока*
- *1 ч. ложка топленого масла*
- *1 стакан сливок*
- *1 стакан сахарной пудры*

Яйца растереть с сахарной пудрой (оставив 2 ст. ложки), добавить муку, молоко и замесить жидкое тесто. Противень смазать топленым маслом, посыпать манной крупой и половником вылить на него тесто, чтобы получились тонкие блинчики диаметром примерно 10 см.

Блинчики выпекать в духовке, разогретой до 250°С, не более 3 минут, после чего свернуть трубочками и остудить. Остывшие трубочки заполнить сливками, взбитыми с оставшейся сахарной пудрой, и поставить в холодильник на 25–30 минут.

Багрир (блинчики)

- *1 1/2 стакана манной крупы*
- *1/2 стакана муки*
- *1 яйцо*
- *1/2 ч. ложки пекарского порошка*
- *1/4 ч. ложки сухих дрожжей*
- *1/2 стакана растительного масла*
- *соль*

Манную крупу, муку, соль, пекарский порошок просеять через сито, смешать с яйцом, распущенными в 500 мл теплой воды дрожжами и взбивать с помощью миксера в течение 5 минут, после чего поставить в теплое место на 2 часа.

Подошедшее тесто слегка перемешать и половником понемногу выливать на сухую разогретую сковороду. Блины печь с одной стороны на небольшом огне до полного подсыхания теста. Если все сделано правильно, готовый блин получается очень пышным со множеством дырочек.

Готовые блины смазать маслом и сложить в стопку непропеченной стороной вверх.

Блюда из яиц и молочных продуктов

Дал айран – не жалей ведра.
Курицу ешь только раз, а яйца сколько раз?

Узбекская пословица

Молочные ферментированные продукты – гордость узбекской кухни. Их употребляют в Узбекистане круглый год. Они не только утоляют жажду, нормализуют пищеварение, но и укрепляют иммунитет. Эти продукты с высокой питательной ценностью и необычным вкусом можно есть как отдельные блюда, а можно ими заправлять салаты и супы.

Это не только коровье молоко, но и овечье, козье, кобылье и верблюжье. Практически в каждой семье готовят айран – холодный бодрящий напиток из разбавленного водой кислого молока. Из кислого овечьего молока делается катык (йогурт) и сузьма (процеженное свернувшееся молоко, похожее на творог).

Катык, кроме того, еще и напиток символический: в Ферганской долине им обязательно угощают гостя, показывая, что душа хозяина, как и его дом, для него полностью открыты. Любят узбеки джургат (продукт типа простокваши) и чакку (откинутое кислое молоко).

Из чакки, к слову, готовят курт (курт) – сухое кислое молоко. В чакку добавляют муку, соль; иногда – перец. Из полученной массы формуют небольшие шарики (весом 40–80 г), которые затем сушат на солнце.

Из курта в Намангане, в Узбекистане, в летнюю пору готовят особый напиток – куртоб. Куртоб – на фарси значит «вода». Получается, что перевести название этого напитка можно как «вода, настоянная на курте».

Готовится этот напиток очень просто: сухое молоко дробят, опускают в воду, интенсивно перемешивают, приправляют солью и красным перцем. Действует такой молочный напиток на организм в летнюю жару по принципу «клин клином вышибают». Прохладный, освежающий напиток с красным молотым перцем помогает поддержать водно-солевой баланс.

Яичница с лапшой

Для теста:

• 500 г муки

• 2 яйца

• 1/2 ч. ложки соли

Для пассеровки:

• 100 г топленого или сливочного масла

• 150 г репчатого лука

• 12 яиц

• соль

• зелень по вкусу

Из муки и яиц круто замесить тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать расстояться 10–15 минут.

Раскатать пласт толщиной в 2 мм, нарезать лапшу.

Лапшу отварить в кипящей подсоленной воде, ополоснуть 2–3 раза холодной водой, откинуть на дуршлаг.

В глубокой сковороде нагреть топленое или сливочное масло, спассеровать в нем кольца лука до коричневого оттенка, положить подготовленную лапшу, обжарить вместе с луком до образования легкой корочки. После чего вбить сверху лапши яйца, следя за тем, чтобы не нарушить желток, посыпать мелкой солью, держать 5–6 минут на слабом огне.

Как только яйца начнут твердеть, подать на стол, посыпав сверху рубленой зеленью.

Лапшу можно заменить вермишелью.

Яичница в помидорах

- *10 помидоров*
- *10 яиц*
- *25 г топленого масла*
- *соль*
- *черный молотый перец*

У зрелых не очень крупных помидоров срезать верхушки и осторожно ножом удалить сердцевину.

В каждую помидорную чашечку положить по 1/2 ч. ложки топленого масла, насыпать по щепотке мелкой соли и черного перца.

Затем в каждую чашечку вбить по одному сырому яйцу и уложить помидоры на сковородку, смазанную маслом.

Сковородку поставить в духовку или тандыр на 20–25 минут для выпечки.

Оджа (яичница)

- *4 яйца*
- *2 зубчика чеснока*
- *4 ст. ложки томатной пасты*
- *1/2 стакана оливкового масла*
- *1/4 ч. ложки аджики*
- *1/2 ч. ложки молотого тмина*
- *соль*

Томатную пасту развести 1 стаканом воды, соединить с измельченным чесноком, оливковым маслом, аджикой, тмином и солью.

Вылить на сковороду и тушить в течение 15 минут.

Затем в томатную смесь вбить яйца и хорошо перемешать.

Тухум кавурма

- *10 вареных яиц*
- *250 г репчатого лука*
- *125 г топленого масла*
- *соль*

Вареные яйца очистить от скорлупы, нарезать на кусочки величиной с горошину.

Разогреть топленое или льняное масло, поджарить на нем измельченный лук, пока не зарумянится.

Затем положить нарезанные вареные яйца и жарить еще 3–4 минуты.

Это блюдо обычно подают на завтрак.

Тухум кавурма (яичница)

- *10 яиц*
- *200 г масла*
- *30 г сахара*
- *50 г зеленого лука*
- *соль*

На сковороде разогреть масло, разбить яйца, стараясь не разорвать оболочки желтков, посолить и поджарить.

Такую яичницу можно приготовить и другим способом. Для этого яйца разбить в одну посуду и взбить, затем пережарить.

Готовую яичницу переложить на блюдо, посыпать мелко нашинкованным зеленым луком.

Можно посыпать и сахаром (по вкусу), подать на стол.

Широбча (сливки)

• *2 л молока*

Парное молоко процедить через марлю, разлить в касы или в глиняные чашки, прикрыть сверху марлей и поставить в прохладное место.

Примерно через 10–12 часов на поверхности молока образуется слой сливок, а само молоко немного загустеет.

Широбча используется как приправа к некоторым блюдам, а в основном ее подают к завтраку.

При приготовлении сливок температура воздуха должна быть не выше 35°С.

Чивот

- *5 л катыка*
- *500 г укропа*
- *100 г соли*

Чивот – это катык, переквашенный с укропом без доступа воздуха.

Для его приготовления необходима глиняная обливная крынка, тщательно вымытая и высушенная.

Катык смешать с мелко нарезанным укропом и солью.

Залить в крынку почти доверху (не достигая ее кромки примерно на 1–2 пальца). После чего горловину крынки закрыть деревянным кружком толщиной 1,5–2 см и залить сургучом.

Крынку оставить на солнце и выдерживать так три месяца.

* * *

Способы оценки степени свежести яйца:

• опустить яйцо скачала в 3,5%-ный, а затем в 7%-ный солевые растворы: если оно плавает в первом, то не пригодно в пищу, если же тонет в обоих, то оно средней свежести;

• опустить яйцо в стакан холодной воды, в которой растворена 1 ст. ложка соли: свежее опустится на дно стакана, несвежее будет плавать вверху, не очень свежее будет находиться в середине стакана;

• прикрыть яйцо сверху ладонью и поднести к зажженной электролампочке: если в яйце видно темное пятно, то оно непригодно в пищу.

Курт (сушеные шарики из сузьмы)

- *1 кг сузьмы*
- *1 ст. ложка соли*
- *1 ч. ложка молотого перца*

В сузьму добавить мелкую соль и красный молотый перец, сделать шарики величиной с грецкий орех.

Разложить их на доске, накрыть марлей, чтобы не попала пыль, и поставить на солнце на 2–3 дня.

Каймак (сметана)

• *2 л молока*

Процедить сырое или кипяченое молоко, разлить в касы или глиняные чашки и накрыть марлей. Через 12–15 часов на поверхности молока образуется толстый слой сливок. Снять их ложкой в отдельную посуду, взбить, подержать над огнем 12 минуты и сразу охладить.

Готовая сметана должна быть достаточно густой, желтоватого цвета.

Сариег (топленое масло)

• *500 г сливочного масла или сметаны*

В раскаленном котле растопить сливочное масло или сметану и кипятить.

Когда появится белая пена, брызнуть немного холодной воды. Пена исчезнет, затем еще раз прокипятить, тогда на поверхности котла образуется топленое масло желтоватого цвета, а внизу шкварки (дурда).

Охладить и отделить масло от дурды.

* * *

Молоко легко поглощает посторонние запахи; поэтому его лучше кипятить и охлаждать всегда в одной и той же посуде, не используя эту посуду для других целей.

Айран

- *1 л кислого молока или сузьмы*
- *1 стакан воды*
- *лед по желанию*

Кислое молоко или сузьму развести кипяченой холодной водой.

Размешать и разлить в стаканы со льдом.

Пишлок (творог)

• *2 л молока*
• *сливочное масло*
• *соль*

Заквасить цельное молоко, сварить его. В результате образуются хлопья свернувшегося молока. С помощью марли отделить их от воды.

Хлопья собрать в фарфоровую или эмалированную посуду, смазанную сливочным маслом, посыпать солью и поставить на 1 сутки для просушки на сквозняк.

После этого сложить их в мешочек, горловину которого крепко завязать.

Сверху положить тяжелый груз и спрессовать.

Сузьма (кислое молоко отцеженное)

• *1 л кислого молока*
• *1 ст. ложка соли*

В кислое молоко положить соль, налить в мешочек, сделанный из ситца, и повесить в прохладное место.

Через 24–30 часов вода отцедится, а молоко загустеет. Сузьму едят с хлебом, добавляют ее как кислое молоко к супам, делают из нее курт.

* * *

Если яйца варить на сильном огне, то белок получится твердым, а желток мягким; если же варить на медленном огне, то желток станет твердым, а белок рыхлым; лучше всего варить на умеренном огне.

Яйцо при варке не треснет, если в воду добавить немного соли или на дно посуды положить перевернутое блюдце.

Катык

• *1 л молока*

• *1 ст. ложка закваски*

Кипяченое молоко налить в крынку и охладить.

Закваску хорошо размешать, влить в молоко, накрыть крынку тарелкой и тщательно ее закутать.

Через 12 часов кислое молоко будет готово.

Катык подают на завтрак, заправляют им супы, салаты, добавляют в тесто.

В жаркое время из катыка готовят айран и сузьму.

Сладкие блюда и киёмы (варенья)

Душа ли слаще, халва ли слаще?

Узбекская пословица

В Узбекистане, как и по всей Средней Азии, нет так называемого завершающего обед или ужин третьего, сладкого блюда. Восточные сласти, напитки и фрукты, которые на европейском столе завершают любую трапезу, на Востоке употребляются дважды, а то и трижды – их подают и до, и после, и в процессе еды.

Узбеки едят довольно много сластей. Это и различные фруктовые сиропы, и патока, и кушанья из орехов.

Их можно разделить на шесть групп: киёмы (фруктовые и овощные сиропы), бекмесы (концентрированные сгущенные фруктовые и ягодные соки типа патоки), на ваты (различные сочетания кристаллического и уваренного виноградного сахара с добавлением красителей и пряностей), сладости на ореховой и изюмной основе и, наконец, разнообразные халвы.

Для приготовления сладких блюд в узбекской кухне используют фрукты, ягоды и продукты их переработки, сахар, чай, молоко, яйца, жиры, орехи, муку, крупы, крахмал и др.

Говоря о кухне одной из восточных республик, конечно же, нужно упомянуть халву и халвообразные сладости. Такие сладости приготовляют по всему Среднему Востоку, «родиной» их являются различные центры и в Иране, и на территории среднеазиатских республик. Надо сказать, что узбекские кондитеры (кандалатчи) издавна были в числе известнейших на Востоке.

Для приготовления настоящей халвы требуются кунжутное семя, крепкий отвар туркестанского мыльного корня и различные пищевые красители (например, куркума).

Однако приготовление восточных сладостей настолько специфично, основано на использовании особых печей и инструментов, сложных навыков (например, быстрое растягивание руками густого сахарного сиропа в нитки), что воспроизведение их в домашних условиях невозможно или крайне затруднительно.

Готовят сладкие блюда, как правило, незадолго до подачи к столу: хранить сласти, даже в домашнем холодильнике, не рекомендуется.

Очень красиво на чайном столе выглядит урама

(традиционный узбекский десерт – колечки теста, обжаренные до золотистого цвета, пропитанные натуральным горным медом, с грецкими орехами и изюмом, свернутые в виде розовых бутонов).

Чак-чак (жареная обсахаренная лапша)

- *1 кг муки*
- *10 яиц*
- *1/2 ч. ложки соли*
- *1 ст. ложка коньяка*
- *1 кг меда*
- *1 стакан сахара*
- *1,5 кг топленого масла для фритюра*

Взбить яйца, посолить и замесить тесто. В тесто добавить коньяка. Завернуть тесто в салфетку и дать полежать.

Через несколько минут раскатать его толщиной не более 2 мм, разрезать на полоски шириной 2–3 см и нарезать лапшу, затем обжарить ее во фритюре. Жареную лапшу разложить, чтобы она остыла.

В другой посуде растопить мед, добавить в него сахарный песок и помешивать до тех пор, пока сахар не растает.

По готовности посуду снять с огня и в еще горячий мед всыпать лапшу, перемешать. Полученную массу положить в глубокие тарелки, смазанные маслом, и хорошо спрессовать руками (ладони предварительно смочить холодной водой, чтобы их не жгло и к ним не прилипала лапша).

Готовому блюду дать остыть. При подаче на стол порезать на кусочки.

Киём из лепестков роз

- *200 г лепестков роз*
- *1 кг сахара*
- *1/2 ч. ложки лимонной кислоты*
- *3 стакана воды*

У красных или белых роз срезать лепестки так, чтобы белые частицы у оснований лепестков остались на стебле. Срезанные лепестки промыть в холодной воде, нарезать мелкой соломкой и смешать с половиной количества сахара, взятого для варки.

Положить в эмалированную или фарфоровую посуду и оставить в таком виде на двое суток. Из оставшегося сахара, добавив лимонную кислоту, сварить жидкий сахарный сироп.

В горячий сироп опустить засахаренные лепестки роз и на медленном огне варить до готовности, время от времени перемешивая деревянной лопаточкой, иначе сироп может подгореть.

Киём из яблок

- *500 г яблок*
- *750 г сахара*
- *750 мл воды*
- *1/4 ч. ложки лимонной кислоты или ванилина*

Для сиропа взять мелкие яблоки сорта «китайка».

Приготовить жидкий сироп, в него положить хорошо промытые и обсушенные яблоки.

После закипания поставить на слабый огонь и варить до готовности.

При варке плодоножки и сердцевину яблок не удалять.

В готовый сироп добавить лимонную кислоту или ванилин по вкусу.

Киём морковный

- *250 г моркови*
- *250 г сахара*
- *375 мл воды*
- *ванилин*

Желтую морковь нарезать соломкой или звездочками, положить в таз для варенья, залить водой и поставить на слабый огонь.

Когда морковь станет мягкой, всыпать сахар и варить на медленном огне до готовности: морковь должна стать прозрачной, а сироп – приобрести умеренную плотность и тягучесть (примерно такую же, как у варенья).

В еще горячий сироп добавить ванилин.

Киём с ревенем

- *500 г ревеня*
- *1 кг сахара*
- *1,5 л воды*
- *1/2 ч. ложки ванилина*

Перебрать и очистить ревень от листьев и кожуры, нарезать поперек кубиками, положить в кипящую воду и сварить, затем снять и охладить.

В кастрюлю положить сахар, залить отваром, полученным при варке ревеня, приготовить сироп, снять образовавшуюся пену.

Опустить подготовленные кусочки ревеня, варить до готовности на слабом огне.

Добавить ванилин.

Киём тыквенный

- *250 г тыквы*
- *600 г сахара*
- *500 мл воды*
- *шафран*
- *лимонная кислота*

Тыкву очистить, натереть на крупной терке и опустить в кипящий сироп.

Варить смесь, все время помешивая деревянной ложкой или палочкой.

В готовый киём добавить шафран, лимонную кислоту.

Киём из лимона

- *1 лимон*
- *750 г сахара*
- *750 мл воды*

С лимонов снять тонкий слой цедры, опустить в кипяток на 15–20 минут, затем промыть холодной водой и нарезать кружочками, удалив зерна.

Из сахара и воды приготовить жидкий сироп, положить в него подготовленные лимоны, варить, доведя сироп до прозрачности.

Для аромата добавить мелко нарезанную цедру с половины лимона.

Киём из алычи

- *250 г алычи*
- *650 г сахара*
- *750 мл воды*
- *1/4 ч. ложки ванилина*

Перебрать и промыть алычу в холодной воде, положить в кипящий сироп, прокипятить.

В конце варки, когда плоды станут мягкими, добавить немного ванилина.

* * *

Чтобы не темнели нарезанные для салата яблоки, груши и другие фрукты, их очищенные и нарезанные ломтики надо обрызгать лимонным соком или подержать 10 минут в холодной воде, подкисленной лимонной кислотой.

Киём урючный

- *250 г зеленых абрикосов*
- *500 г сахара*
- *500 мл воды*
- *5 г ванилина*

Незрелые зеленые абрикосы, в которых еще не затвердела косточка, наколоть со всех сторон вилкой и, сложив в марлевый мешочек, погрузить на 5 минут в кипящую воду.

Затем сразу же промыть холодной водой и опустить в сахарный сироп.

Варить до готовности, снимая пену. В горячий кием добавить ванилин.

Бекмес из ягод тутовника

• *3 кг ягод тутовника*

Сок выжать из очищенных веточек и промытых холодной водой ягод тутовника. Образовавшийся сок прокипятить на слабом огне до загустения.

Цвет готового бекмеса – темно-красный.

Бекмес из ягод тутовника можно приготовить и на солнце. Для этого сок налить в эмалированную или фарфоровую посуду и поставить на солнце. На ночь посуду закрыть.

Через несколько дней образуется густая масса.

Бекмес виноградный

• *2 кг винограда*

Спелые гроздья винограда промыть в холодной воде, выжать из него сок и прокипятить на среднем огне до загустения, время от времени размешивая деревянной лопаточкой.

Цвет готового бекмеса – темно-желтый.

Бекмес из дыни

• *2 дыни*

Переспелые сочные дыни с толстой мякотью разрезать пополам, удалить семена, очистить корку и нарезать мелкими кусочками.

Выжать сок и поставить на средний огонь, кипятить до образования густой массы.

Можно сварить выжимки вместе с соком и по готовности процедить.

Бекмес из арбуза

• *3 арбуза*

Переспелые арбузы разрезать пополам, удалить семена, очистить корку и нарезать мелкими кусочками.

Выжать сок и поставить на средний огонь, кипятить до образования густой массы.

Бекмес из свеклы

• *2 кг свеклы*

Сахарную свеклу очистить от кожуры, нарезать мелкими кусочками, поставить варить.

Вареную свеклу протереть через проволочное сито, отжать сок, вылить его в свекольный отвар, который получился при варке, прокипятить до сгущения.

Болкаймок (мед со сметаной)

- *2 стакана сметаны*
- *1/2 стакана меда*
- *1 ст. ложка муки*

Сметану поставить на огонь, помешивая, дать закипеть. Когда на поверхность всплывет масло, смешать с кипяченым медом и хорошенько взбить.

Для получения более густой массы добавить немного белой муки. Употребляется в горячем виде.

Кувватижан (мед с топленым маслом)

• *300 г меда*

• *500 г сливочного или топленого масла*

В разных кастрюлях растопить отдельно мед и сливочное или топленое масло.

Затем слить смесь в одну кастрюлю и тщательно размешать деревянной лопаточкой, пока не образуется однородная масса.

Печеная айва

• *10 штук айвы*
• *10 ч. ложек меда*

Вымыть айву, аккуратно удалить ножом сердцевину. Положить по 1 ч. ложке меда.

Разложить фрукты на противне и запечь в предварительно разогретой духовке до готовности.

Офтоб гул канд

На каждую закладку по:

• 2 цветка розы

• 1 ст. ложке сахара

В стеклянную пол-литровую банку насыпать слой сахара и сверху – слой лепестков красной розы, поставить на солнце. Каждые два дня добавлять слой сахара и слой лепестков розы.

После того как банка наполнится, продержать ее еще 2 дня на солнце.

На ночь банку необходимо закрывать.

Перед закладкой лепестков роз удалить с них белые частицы и тщательно промыть в холодной воде.

Адрок (жареные зерна кукурузы)

• *1 кг зерен кукурузы*
• *1 ст. ложка сиропа или меда*

Прокалить просеянный песок, положить в него сухие кукурузные зерна, жарить, постоянно помешивая деревянной лопаточкой.

Когда кукурузные зерна полопаются, образуя белые хлопья, положить их на решето и отсеять песок.

После этого из кукурузных зерен скатать шарики величиной с крупное яблоко, обвалять их в меде или сахарном сиропе.

* * *

Нежные плоды (сливы, абрикосы и т.п.) при варке не разварятся и не потеряют форму, если перед опусканием в сироп их подержать 5 минут в содовом растворе (для 1 кг плодов 1 ч. ложка питьевой соды на 1,5 л воды).

Ядра урюка с кишмишем

• *100 г ядер урюка, миндаля или других орехов*
• *100 г кишмиша*

Смешать ядра урюка, миндаля или ореха с таким же количеством кишмиша и подать к чаю или десерту.

Букман

- *250 мл молока*
- *70 г муки*
- *5 г топленого масла*
- *50 г сахара навата*

В разогретом котле перекалить жир или масло, охладить, затем всыпать муку и, размешивая, поставить на огонь. Пассеровать до тех пор, пока мука не приобретет коричневый оттенок.

Добавить немного воды и размешать, чтобы не было комочков. В кипящем молоке растворить сахар, соединить его с пережаренной мукой.

Полученную массу варить на слабом огне до сгущения. Букман подается охлажденным.

Сумаляк (кисель из пророщенной пшеницы)

- *500 г пшеницы*
- *2 кг пшеничной муки*
- *15–20 орехов*
- *1 л хлопкового масла*

Перебрать пшеницу, тщательно промыть холодной водой, замочить на трое суток.

Затем слить воду, рассыпать на листе чистой фанеры слоем толщиной 10–15 мм, покрыть марлей, поставить в такое место, куда не попадают прямые солнечные лучи.

Каждое утро сбрызгивать пшеницу водой, пока она не прорастет. Когда всходы достигнут высоты 30–50 мм, пшеницу убрать. Понемногу всю пшеницу протолочь в ступе и переложить в тазик.

Добавить немного воды, размешать, процедить через марлю и отжать в фарфоровую посуду. Выжимки снова положить в тазик, залить водой, размешать и отжать в другую посуду.

Проделать эту операцию три раза. Все три порции сусла процедить каждую в отдельности, в разную посуду, и отставить. В раскаленный котел налить хлопковое масло, прокалить, дать немного остыть.

В масло положить муку и налить первую порцию сусла, тщательно размешать деревянной лопаточкой, чтобы не образовались комочки, прокипятить на сильном огне, затем, когда начнет густеть, влить вторую порцию сусла, дать закипеть, постоянно помешивая.

Когда масса начнет опять густеть, беспрерывно размешивая ее деревянной лопаточкой, влить третью порцию сусла. Варить, постоянно помешивая, до образования киселеобразной массы светло-коричневого цвета.

Чтобы сумаляк не пригорел, в котел положить 15–20 хорошо обмытых ровных камушков величиной с косточку урюка. Вместо камушков можно положить несколько грецких орехов.

Если сумаляк при пробе имеет горьковатый привкус, надо добавить немного воды и продолжать кипятить до сгущения. Когда сумаляк сварится, снять с огня, закрыть котел крышкой. Охладить в течение 2–3 часов и подать на стол.

Если были сварены орехи, вынуть их из котла, расколоть, очистить и положить в каждую пиалу по нескольку ядрышек.

Кахк

• 3 стакана муки
• 3 стакана манной крупы
• 1 ч. ложка порошка аниса
• 1 ст. ложка семян кунжута, подрумяненных в духовке
• 2 стакана растительного жира
• 2 ст. ложки сливочного масла
• 2 ст. ложки растительного масла
• 1 ч. ложка пекарского порошка (разрыхлителя)
• 1/2 ч. ложки соды
• 1–2 ст. ложки сахара
• 1 стакан горячей воды
• 2–3 ст. ложки розовой воды (можно заменить крепко заваренным чаем каркаде).

Для начинки:

• 1/2 кг пасты из прокрученных через мясорубку сухих фиников
• 1 ст. ложка семян кунжута
• 3 ст. ложки оливкового масла
• 1/2 ч. ложки молотого мускатного ореха
• корица

Смешать муку, манную крупу, специи, кунжут и добавить растопленный растительный жир вместе со сливочным и растительным маслом – всего должно быть около 2 неполных стаканов жира.

Все хорошо перемешать и оставить на 24 часа. Должна получиться масса, похожая на мокрый песок. Масло не должно выступать на поверхности муки и манки, поэтому лучше лить растопленный жир понемногу и одновременно перемешивать тесто.

На следующий день добавить пекарский порошок, соду, сахар и воду. Замесить тесто, положить его в холодильник.

Начинку из фиников приготовить заранее, тесто не должно стоять, его надо разделывать сразу же после замеса.

Пасту из фиников выложить на стол, добавить специи, масло, кунжут и вымесить начинку.

Скатать колбаски и положить на смазанный маслом поднос.

Оторвать кусочек теста, сформовать колбаску, сплющить ее пальцем и уложить в ложбинку финиковую начинку. Залепить, скатать на столе в колбаску и соединить концы.

Печенье выложить на сухой противень. Выпекать в горячей духовке (200°С) 25–30 минут.

Толокно

• *500 г кукурузных зерен*
• *200 г сахара*

Жареные кукурузные зерна вместе с сахаром растолочь в ступке, просеять через сито.

Толокно подать к молочному чаю или, смешав его со сметаной, подать к завтраку.

Толокно из ягод тутовника

• *500 г ягод тутовника*

Сушеные ягоды тутовника растолочь в ступке, просеять через сито и положить на солнце. Содержащийся в составе толокна сахар растает, и образуется липкая масса.

Нарезать эту массу на куски и подать к чаю.

Кавун курт (шарики из дынного сока и толокна)

• *400 г сушеной дыни*
• *500 г толокна*

Выжимки, полученные при варке бекмеса из дыни, смешать с толокном и сделать шарики, просушить их на солнце в течение 1 дня.

Кавун курт можно приготовить из сушеной дыни и толокна (толочь их в ступе).

Яичмиш

- *125 г очищенных орехов*
- *125 г изюма*
- *25 г кукурузного толокна*
- *15 г сахарной пудры*
- *фруктовая эссенция*

Орехи очистить от кожицы и прокалить на сковороде без масла.

Подготовленные орехи растолочь в ступке или пропустить через мясорубку вместе с промытым изюмом и кукурузным толокном, добавить любую фруктовую эссенцию, хорошо перемешать.

Из полученного клейкого теста сделать шарики величиной с грецкий орех и обвалять в сахарной пудре.

Шарики из ореха и кишмиша

- *200 г очищенных грецких орехов*
- *250 г кишмиша*
- *50 г толокна*
- *15 капель фруктовой эссенции*
- *1 ст. ложка сахарной пудры*

Ядра грецкого ореха поджарить, черный кишмиш перебрать и промыть несколько раз в холодной воде.

Орехи и кишмиш вместе с толокном растолочь в ступке или пропустить через мясорубку, добавить фруктовую эссенцию, хорошо перемешать.

Сформовать небольшие шарики (величиной с орех), обвалять их в сахарной пудре, уложить в вазу и подать на стол.

Аштак-паштак (сушеный урюк с ядрышком)

• *300 г плодов урюка*

Плоды урюка разделить пополам, вынуть косточки, расколоть, а ядра урюка снова вложить в плод, уложить на противень и высушить в духовке.

Жидкая халва

- *100 г жира*
- *1 стакан муки*
- *1 стакан сахара*
- *3 стакана кипятка*
- *щепотка ванилина*

В разогретом котле прокалить жир (желательно баранье сало), снять с огня, перемешивая, охладить масло. Затем всыпать муку, размешать, поставить на огонь. Снова, помешивая, жарить до тех пор, пока мука не приобретет коричневый цвет. После этого влить разведенный в кипятке сахар, кипятить на слабом огне до густоты сметаны.

Для аромата можно добавить немного ванилина.

Магиз халва (халва из урюка)

- *300 г ядер урюка*
- *100 г сахара*
- *1 ч. ложка растительного масла*

Ядрышки урюка прожарить и уложить на смазанный маслом железный лист слоем в 1 см. Приготовить густой сироп, залить им подготовленные ядрышки, затем остудить и нарезать на квадратики.

* * *

Грецкие орехи будут легко расщепляться ножом, а их ядра целиком извлекаться из скорлупы, если их предварительно положить в эмалированную кастрюлю, залить крутым кипятком и оставить на 15 минут под крышкой, после чего слить воду.

Бадрок халва (халва из жареной кукурузы с орехами)

- *200 г жареной кукурузы*
- *200 г ядер ореха*
- *1/2 стакана меда*
- *1 ч. ложка топленого масла*

Жареную кукурузу и поджаренные ядра ореха растолочь в ступке или пропустить через мясорубку.

Положить в тарелку, смазанную маслом, залить растопленным медом, хорошо перемешать, разровнять слоем толщиной 1 см, нарезать в виде треугольников или ромбиков и подать к чаю.

Напитки

Не забывай колодец, который первым напоил тебя

Узбекская пословица

Каждый знает: лучшие прохладительные напитки готовят там, где не понаслышке знают, что такое настоящий зной. Так что же пьют узбеки, привыкшие к палящему солнцу?

Кроме чая, они в больших количествах потребляются различные компоты (мева суви), настои (суви) и шербеты (шарвати) – фруктовые отвары с сахаром. Правда, шербеты в Узбекистане распространены меньше, чем в других районах Средней Азии.

Эти естественные напитки приготавливаются из натуральных продуктов, без их изменения.

К ним относятся: вода, молоко, минеральные воды, сыта медовая (разведенный в воде мед), свежие соки овощей, фруктов, ягод, орехов (миндальное молоко).

Плодородная земля Узбекистана дает для прохладительных напитков замечательный естественный пищевой материал. Какие только плодовые культуры здесь не выращивается: черешня, вишня, абрикос, персик, слива, алыча, груша, яблоки и айва. Прекрасная по вкусовым качествам самаркандская вишня получила признание на международном рынке.

Во многих областях Узбекистана выращивают субтропические плодовые культуры – гранат, хурму, цитрусовые. Наибольшее количество садов сосредоточено в Ташкентской области. Здесь очень много ягодников, на которых выращивают землянику, малину, черную смородину, крыжовник.

Так что сырья для приготовления напитков без особой обработки и ферментации, исключительно с применением кипяченой воды в Узбекистане достаточно.

Все напитки этой группы абсолютно безвредны, могут употребляться как взрослыми, так и детьми, а большая часть из них обладает целебными свойствами и используется при различных специфических заболеваниях как своего рода лекарство.

Алкоголь в Узбекистане употребляют ограниченно.

Сухие и марочные вина местного производства славятся первоклассным вкусом и довольно недороги (лучшими считаются вина «Марварид» и «Омар Хайям»). Лучшим сортом пива признан

напиток торговой марки «Азия».

Урик суви (урюковый настой)

• *500 г плодов урюка*
• *1/2 стакана сахара*

Сушеный урюк залить водой и поставить варить. Когда плоды урюка набухнут, охладить.

Отвар процедить через марлю.

Шербет из граната

- *500 г гранатов*
- *100 г сахара*
- *ванилин по вкусу*

Зерна граната отжать. В кипятке развести сахар, влить гранатовый сок, хорошо размешать. Шербет употребляется в охлажденном виде.

Для аромата можно добавить ванилин.

Абрикосовый шербет

- *1 кг спелых абрикосов*
- *1 1/2 стакана сахара*
- *4 стакана кипятка*
- *куркума*

Абрикосы освободить от косточек и кожицы, из мякоти отжать сок, засыпать сахаром и дать постоять 10 часов.

В полученный сок добавить кипяток, перемешать, процедить, добавить для подкраски немного куркумы.

Готовый шербет охладить.

Шербет из клубники

• *1000 г клубники*
• *150 г сахара*

Отжать сок зрелых ягод клубники, процедить через марлю, дать отстояться, затем добавить сахар, поставить варить на слабый огонь.

Когда сахар растает, снять шербет с огня, охладить.

Шербет из вишни

• *500 мл вишневого сока*
• *100 г сахара*

Вишню перебрать, отделить косточки, выжать сок, процедить, добавить растворенный сахар и тотчас подать на стол.

Шербет из незрелого винограда

- *1000 г незрелого винограда*
- *500 г сахара*
- *2 стакана воды*

Отделить ягоды незрелого винограда от плодоножек, обмыть, положить в эмалированную посуду, наполнить ее водой и поставить на огонь.

Когда вода закипит, охладить, а ягоды винограда отжать, процедить сок и влить его в кипящий жидкий сахарный сироп, затем еще раз охладить.

Шербет из лепестков роз

- *300 г лепестков роз*
- *200 г сахара*
- *щепотка лимонной кислоты*
- *4 стакана воды*

Лепестки роз промыть, положить в эмалированную кастрюлю, залить водой, плотно закрыть крышкой, поставить на огонь.

Как только закипит вода, снять с огня и, не открывая крышки кастрюли, охладить.

Затем процедить через марлю и добавить сахар, еще раз поставить на огонь.

Как только растает сахар, снять с огня, охладить под крышкой. В одной ложке шербета развести щепотку лимонной кислоты и добавить в шербет.

Шербет апельсиновый

- *2 апельсина*
- *1/2 лимона*
- *3 стакана апельсинового сока*
- *1 ч. ложка отвара лепестков роз*
- *1/2 стакана сахара*
- *1/2 ч. ложки корицы*

Апельсины очистить и разобрать на дольки.

Лимон очистить и нарезать небольшими кусочками, добавить апельсин, залить апельсиновым соком, всыпать сахар и корицу, влить небольшое количество воды. Довести смесь до кипения на медленном огне.

В горячий шербет влить отвар лепестков роз.

Подавать шербет охлажденным с кубиками пищевого льда.

Фруктово-ягодный напиток

- *1 стакан сливы без косточек*
- *1/2 стакана вишни без косточек*
- *2 груши*
- *1 яблоко*
- *3 ст. ложки меда*
- *2 листочка мяты*
- *1 звездочка гвоздики*
- *корица*

Яблоко и груши нарезать дольками, соединить с вишней и сливами, перемешать с медом и оставить на 2 часа.

Пряности залить кипятком, довести до кипения и варить в течение 3 минут, после чего снять с огня и процедить.

Полученным отваром залить фруктово-ягодную смесь и оставить на 2 часа.

Готовый напиток охладить, разлить по стаканам и положить в каждый из них несколько ягод и ломтиков фруктов.

Гранатовый напиток

- *50 мл гранатового сока*
- *80 мл любого сока*
- *100 г сахарного песка*
- *700 мл кипяченой воды*
- *1/2 г лимонной кислоты*

Гранатовый сок развести холодной кипяченой водой, добавить виноградный или яблочный сок, сахар и лимонную кислоту.

Настой унаби

• *1 кг унаби*
• *2 л воды*

Сушеные унаби (унаби – вид джиды) промыть в холодной воде, крупные экземпляры нарезать на три-четыре части, остальные оставить целиком, положить в эмалированную посуду, залить крутым кипятком, плотно закрыть крышкой, а сверху тюфячком и охладить в воздухе в течение ночи. На следующее утро процедить через двойную марлю.

Настой подать к столу, а плоды снова залить л кипятка и оставить в закрытой посуде до следующего дня. Затем плоды подать отдельно.

* * *

Персики и абрикосы легко очистить от кожицы. Для этого плоды выдержите 2–3 минуты в кипятке и затем снимите кожицу.

Фруктовый отвар с медом

- *1 кг разных сортов фруктов и ягод*
- *200 г меда*
- *3 л воды*
- *1/2 ч. ложки шафрана или ванилина*

Свежие фрукты (урюк, яблоки, персики и виноград), взятые в равном количестве, промыть, положить в эмалированную кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда закипит, ввести мед и продолжать варку на медленном огне до готовности. В конце варки заправить шафраном или ванилином, плотно закрыть крышкой. При подаче на стол охладить в холодильнике или подать с кусочками пищевого льда.

Подается как прохладительный и освежающий напиток в знойные дни лета, а зимой такой напиток можно приготовить из смеси сухофруктов и кишмиша.

Отвар шиповника

• *500 г плодов шиповника*

Свежие или сушеные плоды шиповника вымыть, положить в эмалированную посуду, закрыть крышкой, отварить.

Отвар процедить через марлю, добавить немного сахара, охладить и подать на стол.

Облепиховый физ

- *2 стакана облепихи*
- *4 белка*
- *6 ст. ложек лимонного сока*
- *1 стакан минеральной воды*
- *сахар*

Облепиху залить 1 стаканом холодной воды и в течение 1 часа на минимальном огне нагревать до 80°С, после чего выжать сок.

Белки взбить с сахаром, смешать с лимонным и облепиховым соками и взбить с помощью миксера. Смесь процедить, разлить по стаканам и разбавить минеральной водой.

В каждый стакан положить кубик пищевого льда.

Балуза

- *1 стакан картофельного крахмала*
- *1 стакан сахара*
- *3 ст. ложки отвара лепестков роз*
- *1/4 ч. ложки корицы*

Крахмал развести 6 стаканами холодной воды, добавить сахар и варить, постоянно помешивая, на медленном огне до загустения.

В густую массу добавить отвар лепестков роз и корицу. Когда балуза остынет, взбить ее с помощью миксера, разлить в большие пиалы, поставить в холодильник на 2 часа, затем подать к столу.

Томатный сок к плову и шашлыку

- *500 г помидоров*
- *1 пучок зеленого лука или 1–2 луковицы*
- *1 головка чеснока*
- *1 ч. ложка соли*
- *1 ч. ложка перца*

Промыть помидоры холодной водой, снять кожицу, пропустить их через мясорубку и сок быстро процедить через марлю.

В сок добавить мелко нашинкованный зеленый или репчатый лук и чеснок.

Перемешав, заправить мелкой солью и молотым перцем.

Томатный сок подают к плову, шашлыку и к другим мясным блюдам.

За 10–15 минут до подачи на стол сок разлить в стаканы и охладить.

Мева суви (фруктовый компот)

- *200 г сушеного урюка*
- *200 г сушеной вишни*
- *200 г сушеной алычи*
- *200 г сушеных персиков*
- *200 г сушеных груш*

Сушеные урюк, вишню, алычу, персики и груши, взятые в равных количествах, промыть в холодной воде, положить в кастрюлю, плотно закрыть крышкой и варить.

Из фруктов выделится сок, который процедить через марлю и подать на стол перед обедом.

В компот можно добавить сахар и кишмиш.

Компот из чернослива и яблок

- *200 г чернослива*
- *2 яблока*
- *1/2 стакана изюма*
- *1/2 стакана сахара*
- *1/2 ч. ложки лимонного сока*
- *1/2 ч. ложки корицы*

Чернослив и изюм тщательно промыть в теплой воде, несколько раз меняя ее. Сахар залить 3 стаканами кипятка и размешать до полного его растворения.

Чернослив, изюм и нарезанные дольками яблоки залить сахарным сиропом, поставить на огонь, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 20 минут.

За 5 минут до готовности добавить корицу и лимонный сок.

Подавать компот охлажденным с кусочками пищевого льда.

Компот из чернослива и кураги

- *1/2 стакана чернослива*
- *1/2 стакана кураги*
- *2 ст. ложки сахара*
- *анис*

Чернослив и курагу залить 2 л воды и оставить на 1 час, а затем поставить на огонь, довести до кипения, добавить сахар и анис и варить на медленном огне в течение 5 минут.

Готовый компот подавать на стол охлажденным.

Компот из сухофруктов с тархуном

- *1/2 стакана чернослива*
- *1/2 стакана кураги*
- *3 ст. ложки изюма*
- *3 листочка мяты*
- *1 веточка тархуна*
- *1 ч. ложка лимонного сока*
- *1/4 ч. ложки корицы*
- *сахар*

Чернослив, курагу и изюм залить теплой водой и оставить на 30 минут.

Затем воду слить, сухофрукты залить 5 стаканами холодной воды, поставить на огонь, довести до кипения и варить на медленном огне 15 минут.

Готовый отвар слить, добавить в него сахар, снова поставить на огонь и довести до кипения.

В кипящий отвар положить корицу, мяту, тархун, влить лимонный сок и кипятить его еще 3 минуты. Компот остудить и процедить.

Компот из груш и мандаринов

- *4 груши*
- *3 мандарина*
- *цедра 1 мандарина*
- *сахар*

Груши очистить, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину и нарезать дольками. Мандарины очистить и разобрать на дольки. Мандариновую цедру залить 1 стаканом воды и прокипятить, а отвар процедить.

Сахар залить 2 стаканами кипятка и хорошо перемешать, чтобы он полностью растворился.

Сироп смешать с процеженным отваром, поставить на огонь, положить в него груши и мандарины. Довести до кипения и варить на медленном огне в течение 10 минут.

Кусочки фруктов из компота разложить по стаканам и залить сладким отваром.

Компот из чернослива

- *200 г чернослива*
- *1/2 стакана сахара*
- *2 1/2 стакана горячей воды*

Чернослив два-три раза тщательно промыть в теплой воде. В кастрюлю всыпать сахар, залить его 2,5 стакана горячей воды, размешать, положить чернослив и варить при слабом кипении до мягкости в течение 15–20 минут.

Таким же образом готовят компот из кураги, но при варке достаточно лишь довести его до кипения.

* * *

Фрукты для компота лучше нарезать одинаковыми дольками, тогда при варке они дойдут одновременно.

Компот из чернослива, изюма и кураги

- *50 г кураги*
- *100 г чернослива*
- *50 г изюма*
- *3 стакана горячей воды*
- *1/2 стакана сахара*

Чернослив, изюм и курагу тщательно промыть два-три раза в теплой воде и выложить на тарелку.

Если чернослив слишком сухой, необходимо предварительно замочить его в теплой воде.

В кастрюлю всыпать сахар, залить его тремя стаканами горячей воды, добавить чернослив и варить 15 минут при медленном кипении.

После этого положить курагу, изюм и варить еще 5 минут. Подавать охлажденным.

Персиковый напиток с медом

- *1 1/2 стакана персикового напитка*
- *2 ст. ложки меда*
- *1 звездочка гвоздики*
- *корица*

Мед залить 1 л кипятка, добавить пряности, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 20 минут.

Затем процедить, охладить, смешать с персиковым соком и поставить в холодильник на 20 минут.

Готовый напиток разлить по стаканам и положить в каждый из них кусочек пищевого льда.

Гранатовый напиток

- *1 гранат*
- *1/2 стакана сахара*
- *1 веточка тархуна*
- *молотая корица*
- *молотый мускатный орех*

Сахар развести 1 л кипятка, поставить на огонь, довести до кипения, опустить зерна граната и на медленном огне варить в течение 3 минут, а затем процедить и дать остыть.

Остывший гранатовый сироп опять поставить на огонь, добавить тархун, корицу и мускатный орех, довести до кипения и варить 3 минуты, после чего процедить и охладить.

Горячий молочный напиток с шиповником

- *2 стакана молока*
- *1 ст. ложка лимонного сока*
- *2 ст. ложки сиропа шиповника*
- *тертый шоколад*
- *1 ч. ложка меда*
- *1/2 пакетика ванильного сахара*

Молоко вскипятить, положить в него ванильный сахар, мед, влить сироп шиповника, лимонный сок и тщательно перемешать.

Горячий напиток разлить по чашкам и посыпать шоколадом.

Апельсиново-яблочный напиток с медом

- *1 стакан апельсинового сока*
- *1 стакан яблочного сока*
- *1 ст. ложка измельченных ядер грецких орехов*
- *1 желток*
- *3 ст. ложки меда*
- *1/2 стакана сливок*
- *3 ст. ложки сахарной пудры*
- *1 ч. ложка сахара*

Апельсиновый сок смешать с яблочным, добавить желток, взбитый с сахаром, и мед. Все взбить и разлить по стаканам.

Украсить взбитыми с сахарной пудрой сливками и посыпать измельченными орехами.

Яичный напиток с апельсиновым соком

- *1 л крепкого чая*
- *1 лимон*
- *2 стакана апельсинового сока*
- *1 стакан сахара*
- *8 желтков*
- *5 г ванильного сахара*

Лимон нарезать кружками, залить горячим чаем, добавить ванильный сахар, поставить на огонь и варить в течение 5 минут. Затем снять с огня и оставить на 20 минут, после чего процедить.

Процеженный отвар снова поставить на огонь, положить в него растертые с сахаром желтки и варить до загустения, постоянно помешивая.

Не переставая мешать, напиток слегка остудить и соединить с апельсиновым соком.

Морс из алычи

• *200 г алычи без косточек*
• *1/2 стакана сахара*

Алычу разрезать на половинки, протереть сквозь сито, выжать сок. Оставшуюся мезгу залить 2 стаканами холодной воды, поставить на огонь, довести до кипения и варить 10 минут, а затем процедить.

В горячий отвар всыпать сахар и довести его до кипения, потом снять с огня и смешать с соком.

Охлажденный морс разлить по стаканам и положить в каждый из них кусочек пищевого льда.

Морс из абрикосов

- *400 г абрикосов без косточек*
- *1 ст. ложка лимонного сока*
- *3 ст. ложки меда*
- *1 листочек мяты*
- *корица*

Половинки абрикосов обдать кипятком, размять в пюре, залить 1 л воды, добавить мяту, поставить на огонь, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 5 минут.

Готовый отвар процедить, смешать с лимонным соком, добавить в него корицу и мед, а потом поставить в холодильник на 2 часа.

Кисель из кваса

- *1 л хлебного кваса*
- *1/2 стакана сахара*
- *3 ст. ложки картофельного крахмала*
- *корица по вкусу*

3 стакана кваса довести до кипения, добавить сахар и корицу, снова довести до кипения, влить разведенный в оставшемся холодном квасе крахмал и заварить кисель.

Готовый кисель посыпать сахаром и остудить.

Апельсиновый кисель с медом

- *500 мл апельсинового сока*
- *1 ст. ложка лимонного сока*
- *1 апельсин*
- *1 1/2 ст. ложки меда*
- *4 ст. ложки сахара*
- *3 ст. ложки картофельного крахмала*
- *1/4 ч. ложки корицы*

Апельсиновый сок смешать с лимонным, разбавить л воды, добавить разведенный в небольшом количестве воды крахмал, сахар, мед, корицу и на медленном огне, постоянно помешивая, довести до кипения.

Готовый кисель остудить и разлить по чашкам.

В каждую из них положить кусочки очищенного от кожуры апельсина.

Кисель из тыквы и яблок

- *200 г мякоти тыквы*
- *1 яблоко*
- *3 ст. ложки картофельного крахмала*
- *лимонная кислота*
- *сахар по вкусу*

Тыкву и яблоко почистить, нарезать небольшими кусочками, залить 1 л кипятка и варить до мягкости.

Затем вместе с отваром (1 стакан оставить) протереть сквозь сито, смешать с сахаром, вскипятить, добавить крахмал, разведенный в 1 стакане охлажденного отвара, лимонную кислоту и заварить кисель.

Готовый кисель посыпать сахаром.

* * *

После добавления в кисель картофельного крахмала его нельзя доводить до кипения, иначе он станет жидким.

Молочный кисель с орехами

- *1 л молока*
- *4 ст. ложки молотых ядер грецких орехов*
- *1/2 стакана сахара*
- *1/2 стакана кукурузного крахмала*

Сахар смешать с ядрами грецких орехов, развести 3 стаканами молока, вскипятить и добавить 1 стакан холодного молока с разведенным в нем крахмалом.

Кисель из моркови и ягодного сока

- *5 морковок*
- *1 стакан ягодного сока*
- *1/2 стакана сахара*
- *4 ст. ложки картофельного крахмала*
- *цедра 1 лимона*

1,5 л воды вскипятить, добавить натертую на крупной терке морковь и варить до готовности.

Затем добавить сахар, лимонную цедру и разведенный в ягодном соке крахмал и заварить кисель.

Готовый кисель посыпать небольшим количеством сахара и остудить.

Кисель из кураги

- *100 г кураги*
- *2 ст. ложки картофельного крахмала*
- *1 ч. ложка лимонного сока*
- *1/2 стакана сахара*
- *1/2 ч. ложки корицы*

Курагу залить 1 л кипятка и оставить на 3 часа, а затем воду слить.

Снова залить 3 стаканами горячей воды, поставить на огонь, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 30 минут, после чего процедить.

Курагу протереть сквозь сито, залить полученным отваром, добавить сахар, корицу, лимонный сок и крахмал, разведенный в небольшом количестве воды, довести до кипения и снять с огня.

Кисель из меда

- *1/2 стакана меда*
- *3 ст. ложки картофельного крахмала*
- *2 ст. ложки сахара*
- *лимонная кислота*

Мед развести 1 л кипятка, добавить лимонную кислоту, довести до кипения, влить разведенный холодной водой крахмал и снова вскипятить. В готовый кисель всыпать сахар, перемешать и охладить.

В качестве ароматизирующих добавок можно добавлять лимонную или апельсиновую цедру, а также корицу или гвоздику.

Миндальное молоко

- *1/2 стакана миндаля*
- *2 стакана молока*
- *4 ст. ложки сахара*
- *2 ст. ложки сливок*
- *1 пакетик ванилина*

Молоко вскипятить, добавить сахар, молотый миндаль, ванилин и нагревать, постоянно помешивая, на медленном огне в течение 2 минут.

Затем остудить и разлить по бокалам, а сверху налить немного сливок.

Молочно-вишневый коктейль

- *100 г мороженого*
- *1/2 стакана вишни без косточек*
- *1/2 стакана вишневого сиропа*
- *4 стакана молока*
- *1 пакетик ванильного сахара*
- *пищевой лед*

Мороженое, молоко, вишневый сироп и ванильный сахар взбить с помощью миксера.

В бокалы положить несколько вишен, кубик пищевого льда и влить молочную смесь.

* * *

Кисель будет ароматнее, если в него добавить ванилин, несколько капель миндальной эссенции или цедру лимона или апельсина.

Молочные кисели лучше делать на кукурузном крахмале, тогда вкус его будет нежнее.

Гураоб

• *250 мл виноградного сока*

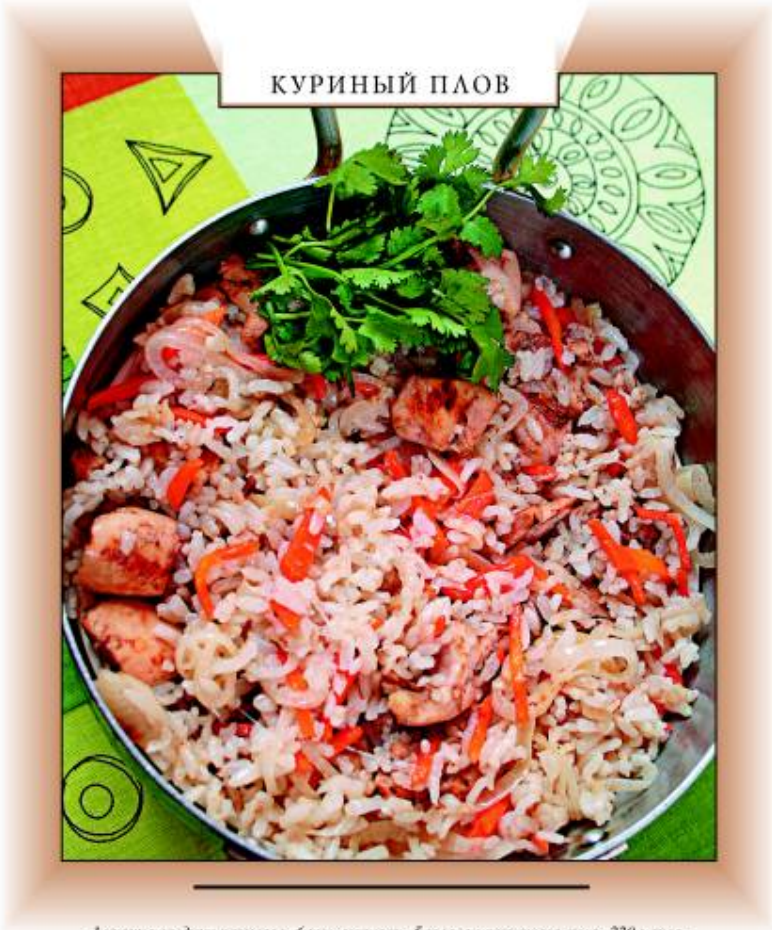
• *соль*

Целые кисти незрелого винограда вымыть, пропустить через мясорубку. Полученную массу процедить в эмалированную или стеклянную посуду через вчетверо сложенную марлю. Добавить соль по вкусу, размешать, закрыть крышкой и оставить на сутки. На другой день сок разлить в сухие бутылки, герметически закупорить их и развесить на солнечной стене.

Через 3–4 месяца, когда гураоб покраснеет, он будет готов к употреблению.

Иллюстрации

Куриный плов



1 курица средних размеров, 6 шт. моркови, 5 головок репчатого лука, 220 г риса, 200 мл растительного масла, 400 мл воды, соль по вкусу.

Курицу нарезать небольшими кусочками. В глубокий казан налить масло и вскипятить его. Добавить нарезанную соломкой морковь, кольца лука. Обжарить в течение 5 минут. Добавить кусочки курицы, обжаривать 20 минут. Влить горячую воду, довести до кипения, посолить, добавить рис, не перемешивать. Рис разровнять, вода должна покрывать поверхность риса. Накрыть посуду крышкой после того, как вода, покрывающая рис, выкипит. Убавить огонь и готовить блюдо еще 1 час.

Плов готов, если вся вода выкипела.

1 курица средних размеров, 6 шт. моркови, 5 головок репчатого лука, 220 г риса, 200 мл растительного масла, 400 мл воды, соль по вкусу.

Курицу нарезать небольшими кусочками. В глубокий казан налить масло и вскипятить его. Добавить нарезанную соломкой морковь, кольца лука. Обжарить в течение 5 минут. Добавить кусочки курицы, обжаривать 20 минут. Влить горячую воду, довести до кипения, посолить, добавить рис, не перемешивать. Рис разровнять, вода должна покрывать поверхность риса. Накрыть посуду крышкой после того, как вода, покрывающая рис, выкипит. Убавить огонь и готовить блюдо еще 1 час. Плов готов, если вся вода выкипела.

Домляма (мясо с овощами)

ДОМЛЯМА
(МЯСО С ОВОЩАМИ)



500 г баранины, 100 г курдючного сала, 3 головки репчатого лука, 3 моркови, 200 г капусты, 300 г картофеля, 150 г сладкого стручкового перца, 1 помидор, 200 мл крепкого бульона, 100 г зелени (кинза, укроп, петрушка), кориандр, зира, соль.

Баранину нарезать кусочками по 10–20 г, выложить нарезанное кубиками курдючное сало, вытопить до образования шкварок (шкварки удалить), выложить кусочки баранины и, помешивая деревянной лопаточкой, жарить до образования румяной корочки. Репчатый лук, морковь очистить, вместе с помидором нарезать кольцами. Капусту нашинковать, припустить в кипящей воде. Сладкий перец вымыть, обрезать верхушки вместе со стеблем, удалить семена, нарезать соломкой. Картофель очистить, вымыть, крупные клубни разрезать пополам. Все овощи, кроме капусты и помидоров, пассеровать в топленом сале до подрумянивания. На мясо слоями выложить овощи, картофель и капусту, каждый слой приправить специями и солью. Влить бульон, казан накрыть крышкой и поставить на маленький огонь на 1–1,5 часа. Блюдо посыпать зеленью.

500 г баранины, 100 г курдючного сала, 3 головки репчатого лука, 3 моркови, 200 г капусты, 300 г картофеля, 150 г сладкого стручкового перца, 1 помидор, 200 мл крепкого бульона, 100 г зелени (кинза, укроп, петрушка), кориандр, зира, соль.

Баранину нарезать кусочками по 10–20 г, выложить нарезанное кубиками курдючное сало, вытопить до образования шкварок (шкварки удалить), выложить кусочки баранины и,

помешивая деревянной лопаточкой, жарить до образования румяной корочки. Репчатый лук, морковь очистить, вместе с помидором нарезать кольцами. Капусту нашинковать, припустить в кипящей воде. Сладкий перец вымыть, обрезать верхушки вместе со стеблем, удалить семена, нарезать соломкой. Картофель очистить, вымыть, крупные клубни разрезать пополам. Все овощи, кроме капусты и помидоров, пассеровать в топленом сале до подрумянивания. На мясо слоями выложить овощи, картофель и капусту, каждый слой приправить специями и солью. Влить бульон, казан накрыть крышкой и поставить на маленький огонь на 1–1,5 часа. Блюдо посыпать зеленью.

Ерма (пшеничный суп)


ЕРМА
(ПШЕНИЧНЫЙ СУП)
400 г баранины, 1,5 л воды, 80 г топленого курдючного сала, 250 г пшеницы, 1 головка репчатого лука, 1 стручок красного острого перца, зелень укропа и кинзы, соль.
Баранину вымыть, удалить лишний жир, обсушить бумажным полотенцем, нарезать маленькими кусочками по 20 г. Репчатый лук нарезать кубиками. Казан раскалить, выложить сало, сильно разогреть, положить кусочки баранины и, помешивая деревянной лопаточкой, жарить до образования румяной корочки, добавить репчатый лук и пассеровать вместе с мясом. В казан влить предварительно нагретую воду, довести до кипения, посолить и варить 40 минут. Пшеницу выложить в деревянную ступку, толочь 30–40 минут, добавляя воды. Затем пшеницу промыть. Потолочь еще раз. Подготовленную пшеницу добавить в казан к мясу, аккуратно опустить стручок острого перца (целый), варить на медленном огне под закрытой крышкой 50 минут. Готовую ерму подавать, посыпав зеленью.

400 г баранины, 1,5 л воды, 80 г топленого курдючного сала, 250 г пшеницы, 1 головка репчатого лука, 1 стручок красного острого перца, зелень укропа и кинзы, соль.

Баранину вымыть, удалить лишний жир, обсушить бумажным полотенцем, нарезать маленькими кусочками по 20 г. Репчатый лук нарезать кубиками. Казан раскалить, выложить сало, сильно разогреть, положить кусочки баранины и, помешивая деревянной

лопаточкой, жарить до образования румяной корочки, добавить репчатый лук и пассеровать вместе с мясом. В казан влить предварительно нагретую воду, довести до кипения, посолить и варить 40 минут. Пшеницу выложить в деревянную ступку, толочь 30–40 минут, добавляя воды. Затем пшеницу промыть. Потолочь еще раз. Подготовленную пшеницу добавить в казан к мясу, аккуратно опустить стручок острого перца (целый), варить на медленном огне под закрытой крышкой 50 минут. Готовую ерму подавать, посыпав зеленью.

Шурпа байская (суп с фаршем)

ШУРПА БАЙСКАЯ
(СУП С ФАРШЕМ)



300 г бараньих костей, 300 г баранины (лучше ягненка), 50 г топленого бараньего сала, 90 г риса, 300 г картофеля, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 50 г сметаны, 50 г букета зелени (кинза, укроп, петрушка), черный молотый перец, красный молотый перец, соль.
Кости вымыть, выложить на противень и запечь в духовке. Затем переложить в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения, варить на медленном огне 1 час. Морковь нарезать соломкой, лук – кубиками, выложить в разогретое топленое сало, пассеровать 8 минут. Картофель очистить и нарезать четвертинками. В бульон выложить лук, морковь, картофель, промытый рис, посолить и поперчить; варить на слабом огне 40 минут. Баранину вымыть, нарезать ломтиками. Из мяса приготовить фарш, дважды пропустив баранину через мясорубку с мелкой решеткой. В фарш добавить яйца, соль, красный и черный перец, смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным). Сформовать фрикадельки (киймы). Киймы выложить в шурпу, варить 10 минут. Готовую шурпу заправить сметаной или кислым молоком и посыпать зеленью.

300 г бараньих костей, 300 г баранины (лучше ягненка), 50 г топленого бараньего сала, 90 г риса, 300 г картофеля, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 50 г сметаны, 50 г букета зелени (кинза, укроп, петрушка), черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

Кости вымыть, выложить на противень и запечь в духовке. Затем переложить в кастрюлю с холодной водой, довести до

кипения, варить на медленном огне 1 час. Морковь нарезать соломкой, лук – кубиками, выложить в разогретое топленое сало, пассеровать 8 минут. Картофель очистить и нарезать четвертинками. В бульон выложить лук, морковь, картофель, промытый рис, посолить и поперчить; варить на слабом огне 40 минут. Баранину вымыть, нарезать ломтиками. Из мяса приготовить фарш, дважды пропустив баранину через мясорубку с мелкой решеткой. В фарш добавить яйца, соль, красный и черный перец, смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным). Сформовать фрикадельки (киймы). Киймы выложить в шурпу, варить 10 минут. Готовую шурпу заправить сметаной или кислым молоком и посыпать зеленью.

Манпар (клецки)

МАНПАР
(КАЕЦКИ)



Тесто: *600 г муки, 150 мл воды, соль.* ***Омлет:*** *4 яйца, 50 мл молока, 1 ст. л. растительного масла, 20 г муки, соль.* ***Соус:*** *600 г баранины, 1,6 л воды, 3–4 ст. л. растительного масла, 20 мл винного уксуса, 1 головка репчатого лука, 4 помидора, черный молотый перец, красный молотый перец, кориандр, чабер, базилик, лавровый лист, соль.*

Из муки, воды и соли замесить тесто, оставить на 1,5 часа. Раскатать в пласт и нарезать квадратами 1х1 см. Манпар варить до готовности, затем откинуть на дуршлаг. Лук нарезать полукольцами, а помидоры — кубиками. Баранину нарезать кусочками по 10 г. Положить мясо в казан с маслом и жарить до румяной корочки, добавить лук и помидоры. Овощи пассеровать с мясом 10 минут. Влить уксус, посолить, добавить перец, кориандр, лавровый лист, все смешать и прогревать в течение 1 минуты. В казан влить воду, накрыть крышкой и тушить 1 час, за 2 минуты до окончания добавить рубленую зелень базилика и чабера. Яйца взбить, добавить муку и молоко, посолить, жарить на масле до готовности, нарезать в виде лапши, полить соусом.

Тесто: *600 г муки, 150 мл воды, соль.* ***Омлет:*** *4 яйца, 50 мл молока, 1 ст. л. растительного масла, 20 г муки, соль.* ***Соус:*** *600 г баранины, 1,6 л воды, 3–4 ст. л. растительного масла, 20 мл винного уксуса, 1 головка репчатого лука, 4 помидора, черный молотый перец, красный молотый перец, кориандр, чабер, базилик, лавровый лист, соль.*

Из муки, воды и соли замесить тесто, оставить на 1,5 часа.

Раскатать в пласт и нарезать квадратами 1х1 см. Манпар варить до готовности, затем откинуть на дуршлаг. Лук нарезать полукольцами, а помидоры – кубиками. Баранину нарезать кусочками по 10 г. Положить мясо в казан с маслом и жарить до румяной корочки, добавить лук и помидоры. Овощи пассеровать с мясом 10 минут. Влить уксус, посолить, добавить перец, кориандр, лавровый лист, все смешать и прогревать в течение 1 минуты. В казан влить воду, накрыть крышкой и тушить 1 час, за 2 минуты до окончания добавить рубленую зелень базилика и чабера. Яйца взбить, добавить муку и молоко, посолить, жарить на масле до готовности, нарезать в виде лапши, полить соусом.

Паровая лепешка с картофелем

ПАРОВАЯ ЛЕПЕШКА С КАРТОФЕЛЕМ



Тесто: *900 г муки, 350 мл воды, 180 г сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла (для смазывания), соль.* ***Начинка:*** *450 г картофеля, 1/2 головки репчатого лука, 1 ст. л. томатной пасты, 140 г топленого масла, зелень, соль.*

Из муки, воды и соли замесить крутое пресное тесто и раскатать его в пласт толщиной 1–1,5 см. Лук очистить, нарезать кольцами, жарить в 60 г разогретого топленого масла до тех пор, пока лук не подрумянится, добавить томатную пасту, пассеровать все вместе 5 минут. Очищенный вареный картофель посолить, добавить 80 г топленого масла и потолочь, соединить с пассерованным луком с томатной пастой, все перемешать до получения однородной массы.

Сливочное масло растопить и смазать пласт теста, равномерно выложить начинку из картофеля, защипнуть края. Решетку пароварки смазать растительным маслом, выложить пласт с картофелем и готовить на пару 50 минут.

Готовое блюдо нарезать ломтиками, посыпать рубленой зеленью и подать к столу.

Тесто: *900 г муки, 350 мл воды, 180 г сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла (для смазывания), соль.* ***Начинка:*** *450 г картофеля, 1/2 головки репчатого лука, 1 ст. л. томатной пасты, 140 г топленого масла, зелень, соль.*

Из муки, воды и соли замесить крутое пресное тесто и раскатать его в пласт толщиной 1–1,5 см. Лук очистить, нарезать кольцами, жарить в 60 г разогретого топленого масла до тех пор,

пока лук не подрумянится, добавить томатную пасту, пассеровать все вместе 5 минут. Очищенный вареный картофель посолить, добавить 80 г топленого масла и потолочь, соединить с пассерованным луком с томатной пастой, все перемешать до получения однородной массы. Сливочное масло растопить и смазать пласт теста, равномерно выложить начинку из картофеля, защипнуть края. Решетку пароварки смазать растительным маслом, выложить пласт с картофелем и готовить на пару 50 минут. Готовое блюдо нарезать ломтиками, посыпать рубленой зеленью и подать к столу.

Тухум-дульма (зразы из говядины)

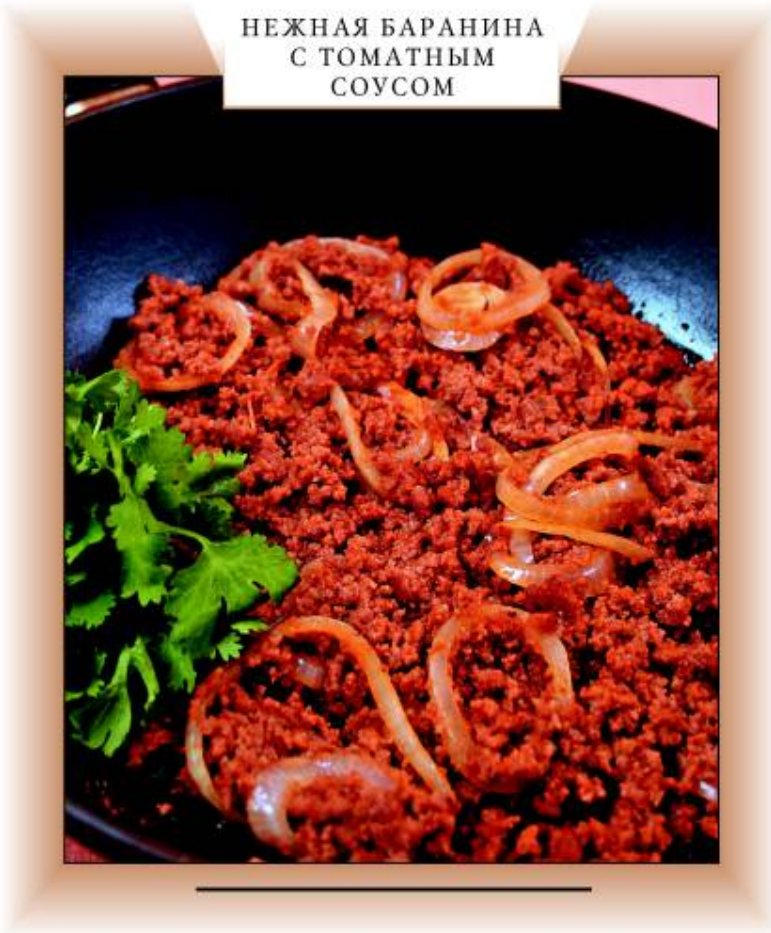

ТУХУМ-ДУЛЬМА
(ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ)
230 г говядины, 60 г пшеничного хлеба, 50 мл воды, 60 мл молока, 1/2 головки репчатого лука, 4 яйца, 20 г панировочных сухарей, 60 г топленого масла, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.
Хлеб нарезать ломтиками, выложить в миску и залить холодным молоком, оставить на 30 минут. Говядину вымыть, удалить пленки и сухожилия, нарезать ломтиками. Лук очистить, нарезать ломтиками. Мясо, репчатый лук, отжатый хлеб два раза пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. В фарш добавить воду с разведенной солью, красный и черный молотый перец, тщательно смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным). Яйца варить в течение 8 минут, охладить и очистить. Из фарша раскатать лепешки, на каждую мясную лепешку уложить 1 яйцо и сформовать биточки.
Биточки запанировать в молотых сухарях, выложить на сковороду с разогретым топленым маслом и жарить до образования румяной корочки. Готовые тухум подать на стол, гарнировав вареным картофелем и свежими помидорами.

230 г говядины, 60 г пшеничного хлеба, 50 мл воды, 60 мл молока, 1/2 головки репчатого лука, 4 яйца, 20 г панировочных сухарей, 60 г топленого масла, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

Хлеб нарезать ломтиками, выложить в миску и залить холодным молоком, оставить на 30 минут. Говядину вымыть, удалить пленки и сухожилия, нарезать ломтиками. Лук очистить,

нарезать ломтиками. Мясо, репчатый лук, отжатый хлеб два раза пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. В фарш добавить воду с разведенной солью, красный и черный молотый перец, тщательно смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным). Яйца варить в течение 8 минут, охладить и очистить. Из фарша раскатать лепешки, на каждую мясную лепешку уложить 1 яйцо и сформовать биточки. Биточки запанировать в молотых сухарях, выложить на сковороду с разогретым топленым маслом и жарить до образования румяной корочки. Готовые тухум подать на стол, гарнировав вареным картофелем и свежими помидорами.

Нежная баранина с томатным соусом



800 г бараньего фарша, 2 головки репчатого лука, 70 мл растительного масла, томатный соус, зелень петрушки, перец и соль по вкусу.

Разогреть масло на сковороде и обжарить на нем бараний фарш вместе с кольцами лука. Посолить, поперчить и жарить еще 10 минут. Блюдо подать с томатным соусом и зеленью петрушки.

800 г бараньего фарша, 2 головки репчатого лука, 70 мл растительного масла, томатный соус, зелень петрушки, перец и соль по вкусу.

Разогреть масло на сковороде и обжарить на нем бараний фарш вместе с кольцами лука. Посолить, поперчить и жарить еще 10 минут. Блюдо подать с томатным соусом и зеленью петрушки.